





Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.  
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.  
5395/A








Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.  
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.  
5395/A





Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.  
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.  
5395/A



Early European Books, Copyright © 2012 ProQuest LLC.  
Images reproduced by courtesy of The Wellcome Trust, London.  
5395/A

5395 8948

/A

2826

6-

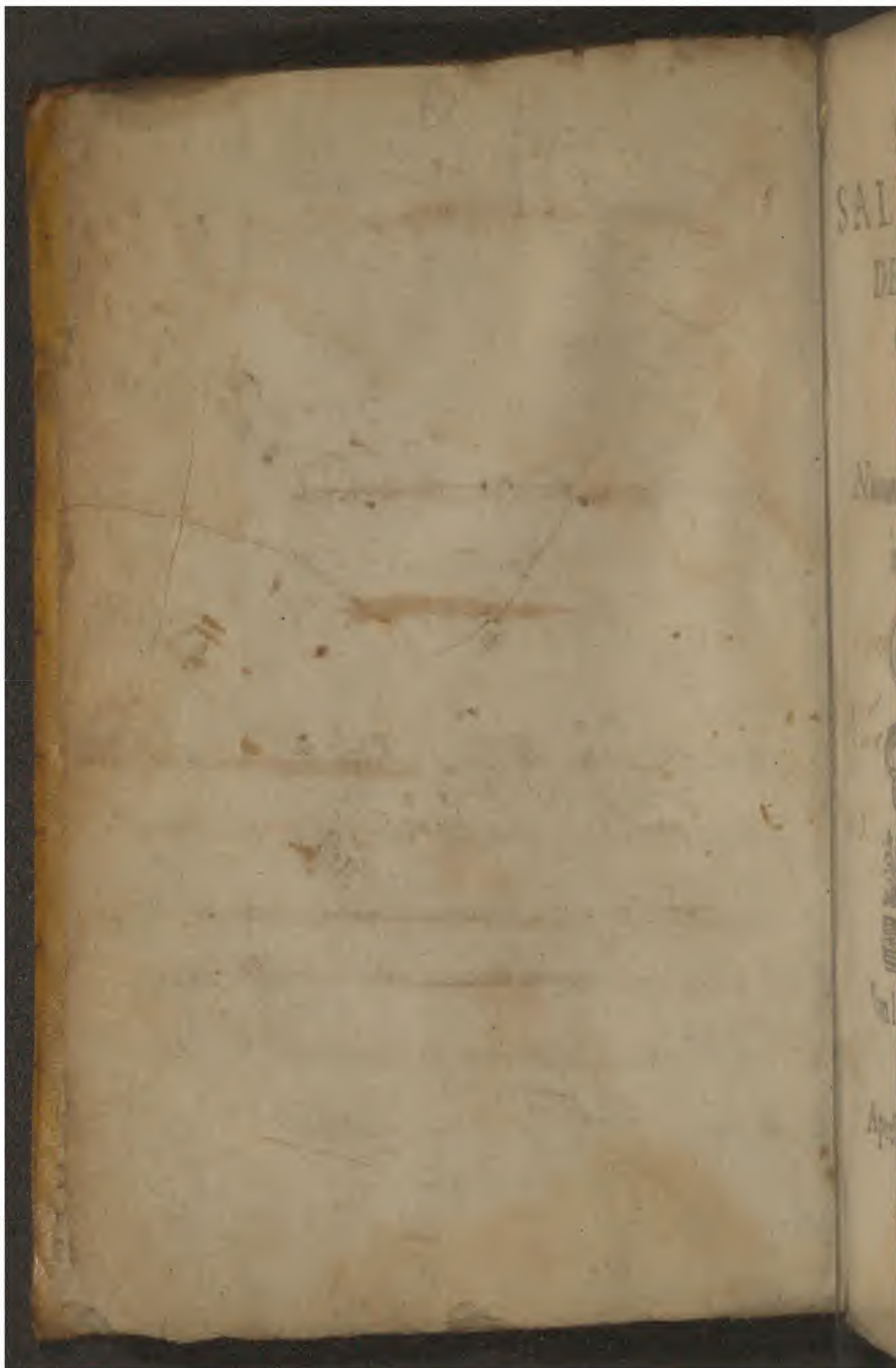
Ex libris  
H. J. G. J.



~~at the~~  
~~at B. B. B. B. B.~~

Adi 13. Lug. Sab. L'oratore Giulio  
ci fa. d. S. Trine. D. M. Medici  
Trabbi. venne a stare a casa a mia  
a San Jan. al Canavio. E' d'ordine  
ci venne Gio: mi ne.

Georgis





67540

SCVOLA  
SALERNITANA  
DEL MODO DI  
CONSERVARSI

in sanità.

*Nuouamente trasportata di latino  
in volgare Toscano*



Con licentia de' SS. Superiori.

In PERVIA.

Apresso Pietroiacomo Petrucci.

M. D. LXXXVII.





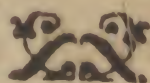
AL MOLTO

ILLVSTRE SIG.

IL SIG. ANTONIO

SALVIATI.

Patron mio offeruandissimo.



*AVENDO il P.F. Serafino Razzi mio zio materno, à richiesta d'alcuni amici suoi, più tempo fà, resa vulgare la*  
SCVOLA SALERNITANA, operetta che tratta del reggimento della sanità corporale, & essendosi questo presente anno mandata in istam

..

2

pa



pa, nella Città di Perugia, doue egli  
hora sitroua Reggente dello studio,  
del suo conuento, s'è contentato in-  
sieme coll' amico suo che l'hà fatta  
stampare, che da me ella sia indi-  
rizzata à V. S. molto Illustre, e  
da lui cotanto amata, & osserua-  
ta, aspettando di comparirle egli  
stesso ( quando che sia ) dauanti con  
alcuna altra fatica, se non più de-  
gna, almenotutta sua, e non in par-  
te, come la presente. Onde io ben vo-  
lentieri hò accettata l'offerta fatta-  
mi, e ringrazio N. S. che mi si sia  
portata così bella occasione di mostra-  
re à V. S. dopo più anni che mi trat-  
tègo nella sua honoratissima casa in  
questa Città di Pisa, questo picciol  
se



segno della mia offeruanza, e sincere,  
e fedele seruitù verso di lei.  
Si degnerà adunque V. S. di ricevere  
questo picciol dono dall'humil ser-  
uo suo con il grande, e grato animo  
che tiene de gl' innumerabili benefici  
ch'egli, e le cose sue congiuntissime hã  
no ricevuto, e di cōtinuo riceuonodal  
la sua liberalissima, e magnificentis-  
sima mano. E se la cosa in se appa-  
risse per auuentura tenue, e dibole,  
considerando ch'ella già, latina, fù  
presentata, e dedicata à vno eccelso  
Re dell' Inghilterra (in quei tēpi che  
detta Isola era Cattolica, e pia) son  
certo che non la sdegherà, mà per  
sua benignità (essendo V. S. tutta cor-  
tese, e gentile) l'aggradirà, e fauci-  
rà.

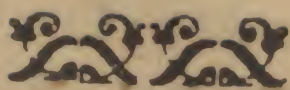


rà. E con questo, senz'altre cirimo-  
nie fare, e senza entrare hora nelle  
laudi dell' Ill.<sup>ma</sup> casa Salviati, e sen-  
za dire della congiunzione strettis-  
sima ch'ella tiene con la Ser.<sup>ma</sup> fami-  
glia de Medici, e gran Duchi di To-  
scana, nostri gloriosiss. Principi, fac-  
cio fine, pregandole da N. S. Iddio  
ogni vero bene, & ogni compita alle  
grèzza. Di Pisa alli xxij. di Luglio.  
M. D. LXX XVII.

Di V. S. molto Illustre.

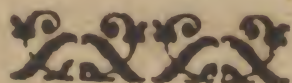
Affezionatiss.<sup>mo</sup> Ser.

Giouanni Paci.



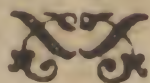
ANTE LANGVOREM  
ADHIBE MEDICINAM.

*Ecclesiastici. xviij.*

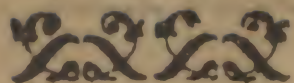


QVI DELINQVIT IN  
CONSPECTV EIVS QVI  
FECIT EVM, INCIDET IN  
MANVS MEDICI.

*Ecclesiastici. xxxviij.*

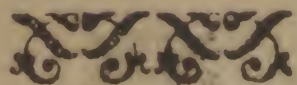






HONORA MEDICVM  
PROPTER NECESSITA-  
TEM. ETENIM ILLVM  
CREAVIT ALTISSIMVS.  
A DEO EST ENIM OM-  
NIS MEDELA, ET A RE-  
GE ACCIPIET DONA-  
TIONEM.

*Ecclesiastici xxxviij. capite.*



PRE-

*Videtur tantummodo*

SCVOLA  
SALERNITANA  
DEL MODO DI  
CONSERVARSI

in sanità.

*Al magnanimo re dell' Inghilterra  
Scrisse la Scuola tutta di Salerno.*



E brami in vita conseruar  
ti, e sano,

Togli le cure gravi, e l'ira  
altera:

Bei parcamente il vino:  
e cena poco:

Sta dopo il cibo in piedi:

Il sonno fuggi

Meridiano: Non tenere l'orina

Oltre al douere: e guardati non premere

Con violenza il ventre, nè sforzarlo.

Queste cose, se fian da te osservate,

Longo tempo per certo viuerai.

SE Medici non hai, queste tre cose

In vece lor ti siano. Mente allegra:

A 3 Riposo



## S C V O L A

- 2** Riposo: e moderata, e pia dieta.
- iii** **SORGENDO** la mattina con l' *Aurora*,  
 Le mani in gelid'acqua, e gl'occhi lava.  
 Passeggia vn poco, e i membri tutti stendie  
 Pettina il capo: i denti monda, e netta.  
 Confortano le cose hora qui dette  
 Il cernello, e del corpo gl'altri membri.
- iiij** **STUFATO**, tienti caldo, e dopo il cibo  
 Alquanto statti, o ver lento camina.  
 E se sei freddo, a poco a poco il gielo  
 Sgombra. schifando ogni passaggio subito.
- v** **FONTE**, specchio, verdura, a gl'occhi sono  
 Solleuamento, e però la mattina  
 I monti sguarda, le campagne, e i colli:  
 E da sera le lucide fontane.
- vi** **SIA** breue, anzi nissuno il sonno, il giorno  
 Peroche febre, pigritia, e catarro  
 Con duol di testa, ben spesso cagiona.  
 Dalle ventosità, nel ventre chiuse,  
 Dolor colicici vengono, e vertigini,  
 Con spasmo, e Idropisia, come si proua.
- vij** **IL** cenar molto, allo stomaco reca  
 La notte pena: e però se dormire  
 Quietamente brami, cena poco.
- viii** **NON** mangiar mai, se prima non conosci  
 Il cibo auanti preso, esser digesto,  
 Segno di cio ti fia la fame vera,  
 E la dieta per innanzi fatta,
- ix** **PARSICHE**, mele, pere, latte, cascio,  
Carni



SALERNITANA.

3

- Carne salata, di ceruo, di lepre,  
Di capra, e bue, son cibi malencontci,  
Da non darsi à gl'infermi, e poco à i sani.
- x OVA fresche, vin rosso, e brodo grasso  
Di pollo, con il fior della farina,  
Confortano, e nutriscon la natura.
- xi IL pane, il latte, il cascio fresco, e l'vona,  
Carne di porco, i testicol del gallo,  
I Ceruei, le midolle, e i dolci vini,  
Son cibi al gusto assai soaue, e i fichi  
Con l'vne fresche ingrassan chi gli mangia.
- xii ODOR, sapor, splendor, colore, il vino  
Mostrano se sia buono, ò se sia reo.  
Gagliardo, bello, odorifero, lieue,  
E fresco esser dee il vin prouato, e buono,  
I dolci, e bianchi son più nutritiui,  
E il vin rosso beuto in quantità  
Stitico il ventre fa, e la voce rauca.
- xiii SEI medicine contra ogni veleno  
Assegnano, che son, l'Aglio, la Noce,  
La Ruta, la Triaca, Pere, e Rauano.
- xiiii MONDO sia l'aer, luminoso, e lungi  
Da ogni infezzion, se vuoi habitarlo.
- xv SE il beueraggio della sera nocque,  
Tu da mattina ribeni, e sia sano.
- xvi IL miglior vino, anco migliori humori  
Genera: e il negro rende il corpo pigro.  
Chiaro sia il vin, vecchio, sottil, maturo,  
Bene anaquato, erisaltante in alto.

A 4 Beuati



- Beuasi poi con temperanza, e modo.
- xvij CHIARA, ben cotta, di buon grani, e antica  
Deue esser la Cernosa, e dal sapore  
D'aceto lungi, e si dee bere con modo.
- xviii LA Primavera prendi poco cibo,  
La State similmente poco, e spesso,  
L'Autunno s'biua i pomi quanto puoi,  
E la Inuernata mangia à tuo piacere.
- xviii SALVIA con Ruta fanno il ber sicuro  
E della Rosa il fiore aggiunto aiuta,  
E toglie anco à Cupido i dardi, e l'arco.
- xx IL vomito del mar non fia molesto  
A chi col vino haurà sua acqua assorta.
- xxi SALVIA, Sal, Vino, Pepe, Aglio. Prezzemolo  
Fanno vna salsa perfetta, e d'amico,
- xxii S E sano esser tu vuoi, fà che le mani  
Ben spesso laui, e specialmente dopò  
Il cibo, & hauerai il veder più acuto.
- xxiii N E caldo, nè muffato esser dee il pane  
Mà fermentato, oculato, ben cotto,  
Poco salato, e d'ottimo fromento.  
La crosta non mangiare ch'è colorosa.
- xxiii E la carne del porco, senza vino  
Peggior assai di quella della pecora:  
Mà se col vin la mangi, è medicina,  
De i porci sol, l'intestine son buone.
- xxv L'vrina vieta il mosto, e scioglie il ventre,  
Al fegato è contrario, e alla milza,  
E genera pietruzze nelle reni.

I L

volta quattro canto  
in n a n z i.



P R E F A Z I O N E  
DI F. S. R. ORD. PRAED.

Ai benigni Lettori.

*Sopra la Scuola Salernitana, da  
lui fatta volgare.*



V E essendo le parti es-  
senziali dell'huomo,  
cioè l'Anima, e il Cor-  
po: l'vna, e l'altra (co-  
me dicono i sacri theo-  
logi) dobbiamo amare di amore di  
charità. Peroche amendue possono  
partecipare con noi la beatitudine.  
E quinci è che all'vna, e all'altra dob-  
biamo (potendo) ne proprii loro bi-  
sogni souuenire. Souuiensi all'ani-  
ma, che è la parte più nobile, con le  
cose diuine, e co' i mezzi spirituali: e

A al cor-



al corpo col procacciargli i bisogni  
suoi, e le proprie necessità corporali.  
E come l'anima si fa perfetta, quanto  
allo Intelletto per mezzo delle scien-  
zie specolatiue, e quanto alla volon-  
tà per mezzo delle pratiche, e mora-  
li: così il corpo s'aiuta, e mantiene in  
due modi, cioè col cibo, soccorren-  
do alle sue necessità naturali: e con  
le medicine, preseruandolo dai mali  
accidentali. Hauendo io per tan-  
to della mediocrità dell' ingegno  
mio souuenuto in qualche particella  
all'anima, con la composizione d'al-  
cune operette spirituali: Ecco che  
hora à contemplazione di certi ami-  
ci miei, mi prouo, e tento di soue-  
nire eziandio alla salute corporale  
del prossimo, col trasportare nella lin-  
gua volgare la bella, e vtile operetta  
della



della Scuola Salernitana, trattante  
del modo del conseruarsi in sanità .  
Nella quale mia picciola fatica presa  
in tempo di state, per fuggire il son-  
no meridiano, tre vtilità particolari  
s'io non m'inganno, mi pare d'haue-  
re arrecato alla prefata opera . La  
prima è che doue fino à hora, ella nō  
si potea con intelligenza leggere, se  
non dagli intendenti la lingua latina  
da qui in poi ella si potrà leggere, e  
intendere, eziandio dalle donne, e  
da tutti coloro che legger sappran-  
no . La seconda è che doue d'vna  
istessa materia, nella latina si fauella  
in piu luoghi, in questa nostra sarà  
ciascuna materia tutta vnita, e rac-  
colta in vn luogo solo . E la terza vti-  
lità siè che noi habbiamo ridotta tut-  
ta l'opera per ordine d'alfabeto. On-

A 2 de sa-



de farà più ageuole il ritrouare sub-  
to qual si voglia cosa in essa trattata.  
Il che non auueniua, nè auuiene nel  
la latina, essendo scritta senz'ordine,  
che ci si scorga, ma più tosto secon-  
do che le muse spirauano. Il che age-  
uolmente si può ne versi latini cono-  
scere. I quali habbiamo noi trapor-  
tati in versi volgari, non rimati, mà  
sciolti, secondo l'ordine che stanno  
nell'idioma latino, aggiugnendoci  
nondimeno per dar loro qualche di-  
stinzione, per ciascuna regola, i pro-  
prii numeri. E per meno errare in  
questa mia traduzione, di sensi, e nõ  
di parole, hò sempre hauuto innan-  
zi due esemplari latini: L'vno stam-  
pato fino dell'anno 1480. e l'altro  
più moderno stampato l'anno. 1567.  
Sia benedetto Dio ne doni suoi.

Amen.

SCVO

*Torna ducato indietro*



SALERNITANA.

9

Peroche molle rende il ventre, e lubrico:

E le radici di lei se supposte

Fiano, il medesimo effetto causeranno.

Muoue la Malua ancor dei mestruai il flusso.

Lxi DICON mentir la Menta, se sia lenta

A tor del petto, e ventre i bachi, e i vermi.

Lxii PERCHE muor l'huomo che nell'orto ha saluia?

Perche non è contra di morte scampo.

Conforta i nerui la Saluia, e il tremore

Delle man toglie, e ancor la febre acuta.

Saluia, Castorio, Lauendula, Primula

Vera, Nasturgio, & Athanasia, sanano

L'empia Paralisia, che scuote i membri

La Saluia in somma, cosi è nominata

Peroche saluatrice è di natura.

Lxiii NOBILE si è la Ruta perche rende

La vista acuta: fa gli huomini casti,

E alle donne augmenta il disio

Di Venere lascia. Anco lo ingegno

Chiarifica, e le pulci scaccia, e occide.

Lxiiii DELLE Cipolle non par ebe consentano

I medici tra loro. Galeno dice

Che à i colerici elle, non son buone

Ma à i flematici molto son salubri.

Purgano il petto, e causan buon colore

In faccia: e trite fanno i capei nascere.

Lxv PICCIOLO grano è la Senapa, e secca,

E calda in quarto grado. Lacrimare

Ella fa, e purga il capo col sternuto

To-



Toglie il veleno, e col fumo anco i vermi.

- Lxvi** TRE notabili effetti hà la Viola,  
Seda l'ebrietà, e lo duol di testa  
Cura, & è medicina al mal caduco.
- Lxvij** L'Ortica fa dormire, e toglie il vomito,  
Seda la tosse antica, e à i dolor colici  
È medicina: Il freddo dal polmone  
Sgombra, e dal ventre ogni tumore e infiato  
E alle sciatiche gioua, e alle podagre.
- Lxviij** L'Isopo purga il petto dalla flemma  
Congiunto al mele purga anco il polmone,  
E soaue color dona alla faccia.
- Lxix** TRITO col mele il Cerisoglio sana  
I cancheri: e col vin beuto toglie  
I dolori del ventre: ferma il vomito,  
E lo flusso del ventre. virtù hauendo  
Di scaldare, e seccare non mediocre.
- Lxx** LA Campana dell'Enula conforta  
I precordi, e col sugo della Ruta  
Gioua à gli herniosi, ò vero rotti da basso
- Lxxi** IL Puleggio col vin beuto purga  
L'atra colera, e negra: e la podagra  
Antica sana: essendo in terzo grado  
Calido, e secco, come tutti affermano.
- Lxxij** I cadenti capei tiene il Nasturgio,  
Sana il dolor di denti, e via le squamme  
Toglie dal corpo, se col mel sia preso
- Lxxiij** A i ciechi figli la Rondine madre  
Rende con Celidonia il grato lume.

Del



# SALERNITANA.

II

- Lxxliij** DEL Salscio il sugo posto nell'orecchie  
Occide i vermi, e la corteccia cotta  
Dentro l'aceto toglie, e sana i porri.  
Dei pemi il succo, e il fior nucono al parto.
- Lxxv** CONFORTA il Croco(dicon)rallegrando  
Il fegato, ristora, e i membri lassi.
- Lxxvi** RENDE seconde le fanciulle il porro,  
Mangiato, e stagna dalle nari il sangue.
- Lxxvij** I L Pepe negro non è à scioglier pigro,  
Purga la flemma, e aiuta digerire  
Lo stomaco conforta il bianco, e gioua  
Alla tosse, e dolor di petto. Frena  
La febre fredda, e placa il suo tremore.
- Lxxviii** SVBBITO dopo il cibo ire à dormire,  
O troppo caminare, e ber souerchio  
Soglion grauezza arrecare all'vdito.
- Lxxix** LONGA fame, timor, caso, percossa,  
Vomito, ebrietà, freddo, cagionano  
Mormorio tutte e sette, nell'orecchie.
- Lxxx** BAGNI, Vin, Vener, Vento, Pepe, & Agli,  
Fumo, Porri, Cipolle, Lenti; e Pianto,  
Faue, Senapa, Sol, Fuoco, Fatica,  
Percossa, Acute, Poluere, e Vigilia,  
Son venti cose, che nucono à gli occhi.
- Lxxxi** FINOCCHIO, Rosa, Celidonia, Ruta,  
E la Verbena, souengono à gli occhi  
Da mordace caligine de pressi  
Se di tutte acqua si farà salubre.
- Lxxxij** COSA i denti conserua, cogli il seme

Dei



Dei Porri, e insieme poi col Iusquiamo  
Abrusciandolo, a quelli il fumo manda.

Lxxxiiij Noce, Olio freddo al capo, Anguilla, poto,  
E pomi crudi, fan la voce rauca.

Lxxxiiij I L digiun, la Vigilia, cibi caldi,  
La fatica, aer caldo, sobrio bere,  
Rattenzion di fiato, sette cose  
Sono che sanan la Reuma, e Càtarro

Lxxxv ZOLFO, Orpimento, Calce, con Sapone  
Fan buono empiastro per curar le fistole.

Lxxxvi OSSA ducento diccianoue hà il corpo  
Humano, e denti appresso trentadue,  
Trecen sessantacinque vene ancora.

xxcvij QVATTRO sono gl'humor del corpo humano  
Maninconia, Colera, Sangue, e Flemma,  
Dona la terra la maninconia:  
L'acqua la flemma; l'aria il sangue: e il fuoco  
La colera ne dona sì fumosa.

xxcvij PER natura i sanguigni son carnosì,  
Allegri, curiosi, à Vener proni.  
Beono volentieri, mangian con gusto  
Son festosi, e burleuoli, e ad'ogni arte  
Habili, e pronti, di rado s'adirano  
Son liberali benigni, & audaci,  
Amanti, e di color di fresche rose

Lxxix IMPETVOSI, cupidi d'honore,  
Veloci nello apprendere, molto mangiano,  
Crescono presto, vendican l'ingiurie,  
Son prodighi, ambiciosi, ingannatori,

Ira-



# SALERNITANA.

- xxvi IL beueraggio d'acqua è assai nocciuo,  
Il stomaco fa freddo, e il cibo crudo.
- xxvii LA carne di vitella assai nutrisce  
La Gallina, il Capon, la Tortorella,  
La Starna, la Colomba, con la Quaglia,  
Il Fagiano, la Merla, la Pernice,  
Il Fringuello, e son tutte carni buone.
- xxviii DE i pesci molli, tu piglia i maggiori,  
De i duri fa che prenda i giouanetti.
- xxix TRA i pesci eleggerai il Luccio, la Perca,  
Il Saffarile, l'Albica, la Tinca,  
Corno, Plagiria, Carpa, Galbione,  
E la Trotta di tutti nobilissima.
- xxx Alle voci l'Anguille son contrarie  
E i filosofi tutti ben lo sanno.  
Cascio, & Anguilla nuocon se si mangiano,  
Se tu spesso non beui, e poi ribeui.
- xxxi IN mangiando fa spesso beua, e poco,  
E se voua prendi, fa sian fresche, e molli.
- xxxii I Piselli son buoni, e son cattini,  
Buon senza scorza, cattini con essa.
- xxxiii A gli erbici sano è il latte Caprino,  
Poseia quel di Camela, e più di tutti  
Nel terzo luogo è lo latte Asinino.  
Più nutritiuo finalmente è il latte  
Di Pecora, e di Vacca a chi lo bee:  
Ma nuocono alla febre, e duol di testa.
- xxxiv SCIOGLIE, humetta, lenisce anco il butiro,  
Ma è contrario al corpo febritante.

IN-



- xxxv INCIDE, laua, penetra anco, e monda,  
Il Sero, che l'acqua è del latte fresco.
- xxxvi IL cascio fresco è freddo; induratiuo  
E il secco, e d'humor grosso: e se col pane  
Fia da i sani mangiato è assai gusteuole.
- xxxvij I Medici ignoranti van dicendo  
Ch'io son nociuo, senza dir la causa.  
E pur do aiuto al stomaco languente.  
E son figillo à i cibi auanti presi  
Come fanno color che son Filosofi.
- xxxviii IN pranzando fa spesso, e poco bea.  
E frà l'un pasto, e l'altro non ber mai.
- xxxix SE star vuoi sano fà che la tua cena  
Habbia principio dalle cose liquide.  
E dopo ciascun' uouo: vn tratto beui.
- xxxx DOPO i pesci le noci, e poi le carni  
Il cascio prendi. Delle noci l'vna  
Giona, altra nuoce, la terza si è morte.
- xxxxi Aggiugni vino al pero, al velen noci :  
Crude le pere, e senza vin ueleno  
Sono, mà cotte ti fian medicina.  
Crude grauan lo stomaco, mà cotte  
Lo rileuano, e fanno il corpo lubrico.
- xxxxij LE Cerase mangiate san gran doni  
Espurgano lo stomaco, e il lor nocciolo  
Rompe le pietre: e generan buon sangue.
- xxxxiij SON frigide le prune, d' ver susine,  
E il ventre sciolgon quando son mature.
- xxxxiij LE Persiche col mosto vsar si deono,

E le



# SALERNITANA.

7

E le noci con l'vua . l'vua passa  
Buona è alla tosse, & alle reni ancora,  
Nuoce alla milza opilation facendo.

xxxxv SCROFE, Aposteme, e inflazion si curano  
Con empiastro di fichi in acqua cotti,  
Il Papauero, aggiunto trabe fuor l'ossa .  
Generano anco i fichi assai pidocchi,  
E di Venere aguzzan le saette.

xxxxvi LE Nespole vrinar san pure assai,  
Mà ristringono il ventre, e son migliori  
Le più molli, e mature dell'acerbe.

xxxxvii IL mosto hauente feci mordicanti,  
Fà orinare, il ventre scioglie, & enfia.

xxxxviii HUMOR grossi nodrisce la ceruosa,  
Augumenta le forze, carne, e sangue:  
Muoue l'vrina, scioglie il ventre, & enfia,  
Infredda alquanto, e la fiamminga massime.

xxxxix MA. più secca l'aceto, à noi si noto  
Et infrigida, e macera, & induce  
Melancolia, e sminuisce venere  
Nuoce à i magri, & à i nerui, e i grassi secca

L ALLO stomaco gioua l'humil rapa,  
Produce vento, prouoca l'vrina,  
Fà danno à i denti, e torsioni al ventre,  
Se mal cotta sarà la dolce rapa.

Li TARDI il cor si smaltisce, e anco il stomaco,  
Benche è miglior nelle sue estremitadi.  
Buon nutrimento ne apporta la lingua,  
E ageuolmente il polmon viene, e vanne.

E ura



E trà i ceruei, quel di galline è meglio.

Lij IL seme del finocchio il vento espelle:

E gl' Anici confortano il vederè,  
E lo stomaco ancora, se fian dolci.

Lij STAGNA il flusso del sangue il spodio preso.

Liiij AVANTI à ogni altra cosa il sal stia in mensa:

Il qual fuga il veleno, & assapora  
Ogni viuanda. Nuocon non dimeno  
I salsamenti alla vista; e prorito  
Cagionano con scabbia, e il corpo smagrano.

LV SCALDANO il corpo questi tre sapori

Salso, amaro, & acuto: & i sequenti  
Acerbo, Austero, Acetoso, lo infreddano:  
Il dolce finalmente, lo ventoso,  
E lo insipido dan temperamento.

Lvi I denti monda, & aguzza il vedere,

Aiuta digerir, il troppo al mezzo  
Riduce, la gentile, e grata Zuppa.

Lvij LA solita dieta ogn'vno offerui

Che il variarla come dice Ippocrate,  
Gran nocumento arreca: Ond'vtil regola  
Di medicare è tener questa certa,  
La qual chi transgredisce cura male.

Lviij NELL'ordinare il cibo, il saggio medico

Queste sei cose dee considerare,  
Che, quale, quanto, quando, doue, il numero

Lviij SCIOGLIE il brodo del caulo, e la sostanza

Sola, restringe: Accompagnata solue.

LX MALVA fu da gl'antichi così detta

Pero-

*Torna quattro carte  
a dirlo*



SALERNITANA.

13

Iracondi, pelosi, audaci, astuti,  
Di corpo asciutti, e di color di cedro  
Son per natura i colerici tutti.

xc DI poche forze son tutti i flemmatici,  
Di piccola statura, grassi, ociosi,  
Dormono uolto, e son di duro ingegno,  
Tardi, e lenti nel moto, e bianchi in faccia  
Per molta humidità sputano assai.

xcì SON per lo più cattini i melancolici,  
Taciturni, inuidiosi, auari, timidi,  
Di poco sonno, e cibo, atti alli studi.  
Tenaci in lor pareri, e solitari,  
E di fusco colore, al verde prossimo.

xcij BIANCHI sono i flemmatici, e i colerici  
Di cedrino color, rossi i sanguigni,  
E di fusco colore i melancolici.  
Segni d'esser sanguigno sono questi  
La faccia rossa, gli occhi prominenti,  
Le guancie enfiate, il corpo tutto graue,  
Polso frequente, e dolor della testa,  
Di duro ventre, lingua asciutta, è secca,  
Siiibondi, sognanti cose rosse,  
E finalmente hanno lo sputo dolce.

xcij. NE à vcechi, ne à fanciulli trar si dee sãgue  
Peroche escon con esso anco gli spiriti.  
Mà beuendo buon vin ritorna presto,  
E per lo cibo ancor, mà con più tempo.  
Il trarsi sangue temperatamente  
Chiarifica il vedere, e rasserena

B

La



La mente, scalda le midolle, e purga  
 Le viscere, ristringe il flusso, e il vomito,  
 Fa puri i sensi, e fa tornare il sonno,  
 Toglie il tedio, alla voce conferisce,  
 Gioua all'vdito, & accresce le forze.

xciiij O sia in vecchiezza, o pure in giouentude  
 Se il sangue abonda, si potrà ogni mese  
 Trarne qual ch'ancia senza pregiudizio.  
 Aprile, Maggio, e Settembre, tre mesi  
 Sono i più atti a sanguinar le vene.

xcv FREDDA complessione, region fredda,  
 Dolore intenso, dopo il bagno, o Venere,  
 Troppo fanciullo, o la troppa vecchiezza  
 Merbo prolisso, replezion di cibo,  
 Troppa fiacchezza, stomaco indisposto,  
 Con Nausea, proibiscon trarsi sangue.

xcvi VNZION, beueraggio, bagno. fascia,  
 E moto lento, queste cinque cose  
 Offeruar dee chiunque vuol trarsi sangue.  
 Dona allegrezza, toglie l'ira, e vieta  
 L'amenzia il sanguinarsi a tempo, e luogo.  
 Fa che la incision, o vero piaga  
 Sia mediocrement grande, e larga,  
 Acciò i vapori, e il sangue escano liberi  
 Tratto che è il sangue, sei hore veghiare  
 Conuiensi almeno, acciò i summi del sonno  
 Ascendendo alla testa non l'offendano.  
 Auertiscasi ancor che la ferita  
 Non sia tanto profonda che alcun neruo,

O arte-



SALERNITANA.

15

O arteria ne resti da lei offesa  
E dopo che ti haurai cauato sangue,  
Non correre à mangiare, anzi permetti  
Che i trauagliati humori sian quietati.

xcviij SCHIVAR lo latte, e lo beuer souerchio,  
Le cose fredde, l'aer nugoloso,  
E lo eccessiuo moto dee colui.  
Che sanguinato s'è per istar sano.  
De i morbi acuti nel principio deesi  
Il sangue trar perche non danno indugio:  
Nella mezzana età, da gli anni trenta  
Fino à i quarantacinque, puoi cauare  
Alquanto più di sangue, ma pon cura  
Nell'età puerile, & in vecchiezza  
Di trarne poco: e nella Primavera  
Cauar se ne può più, che in altro tempo.

xciiij LE destre parti, Primavera, e state  
Si deon sanguinare: e le sinistre  
Il temperato Autunno, e l'aspro verno.  
La primavera il cor, la state il fegato,  
Il capo la Inuernata, e i pie l'Autunno.  
Il sanginar la vena Saluatella  
Posta frà il dito auricolar, e medico  
Sei giouamenti areca: Purga il fegato,  
Monda la milza, e il petto: l'orificio  
Dello stomaco serua, e alla voce  
Toglie ogni impedimento, e dallo al core  
Il duolo innaturale isgombra, e scaccia.

xcviij SE il dolor della testa vien dal vino

B

2

Be-



Beuuto di souerchio, prendi l'acqua  
 Che l'vn contrario è medicina all'altro,  
 Se la cima del capo, ò ver la fronte  
 Da souerchio calor saran vessate,  
 Potrai con moderate fregagioni,  
 E decozzion di solatro lauandole  
 Rinfrescarle, & leuarle ogni lor male.

C. I L molto digiunar la State, secca  
 I corpi: e ciascun mese vomitare  
 Gioua purgando da i cattiuu humori  
 Lo stomaco, e lauando ogni suo ambito.  
 Primavera, la State, Autunno, e Verno,  
 Son le quattro stagion che integran l'anno,  
 Humida, e calda si è la Primavera,  
 Calda e secca è la State. In quella deesi  
 L'buom sanguinar, e moderata Venere  
 Vsare, e moto temperato, e bagno,  
 E sudore: e purgar con medicine  
 Il corpo, se bisogno egli ne sente,  
 In questa humidi cibi vsar conuiensi,  
 E mandarne lontan Vener da noi,  
 Frequentar poco i bagni, e non cauar si  
 Sangue, se già non fusse vn gran bisogno.  
 Vtile è la quiete, che il souerchio  
 Moto disecca. E il beueraggio sia  
 Con moderanza, acciò niun mal ne segua:  
 A gloria del signor, che della terra  
 Creò la saluteuol medicina. Amen.

SE G VI



SALERNITANA. 17  
SEGVITANO HORÀ  
I COMMENTARII  
DI M. ARNALDO DA

Villanuova Cattellano,

*Sopra gli anteposti Testi.*

Ridotti per ordine d'Alfabeto, e si dee notare che colui che hà trasportata questa opera di Latino in lingua volgare, in qualche passo, studiando alla breuità, hà tralasciato à bella posta, alcune poche cose non necessarie: e in alcun luogo studiosamente, e volendo hà aggiunta qualche parola, o sentenza, approuata però, o comunemente dal volgo, o almeno dai più scienziati dell'arte, e professione.



CETO. Cinque sono le proprietà dello Aceto. La prima è che disecca nel terzo grado, onde consigliano i medici che nel tempo della peste s'vsi col cibo, e beueraggio. La seconda è che refrigera, imperochè se ben disputano trà loro i medici della temperatura dell'Aceto, alcuni affermando che egli è freddo, & altri ch'è  
B 3 calido



calido, concedono nondimeno i più dotti che egli hà virtù più di refrigerare, e rinfrescare che di riscaldare. La terza è che egli smagra, e massimamente se si piglia à digiuno: e se sia assiduo l'vso di quello, indebolisce la vista, offende il petto, eccita la tosse, nuoce allo stomaco, e al fegato, grandemente opprime i nerui, e le giunture: e cagiona dolori articolari, tremori, e paralisie. E perciò coloro che sono di freddo, e secco temperamento, e che hanno debol petto, polmone, fegato, stomaco, nerui deboli, ò infetti, si astengano dall'Aceto, ò l'vfino almeno parcamente.

La quarta proprietà dell'Aceto si è che genera melancolia, infrigidando, e disseccando gl'humori. La quinta è che sminuendo il seme genitale, per mezzo della infrigidazione, disseccazione, e macerazione, viene per conseguenza à togliere, e rafrenare lo appetito di venere. I magri per tanto se non vogliono più smagrar s'astenghino dall'Aceto. Così i podagrosi, e pazienti dolori di nerui. Eccità nondimeno l'Aceto lo appetito, e voglia di māgiare

A E R E. Douendo noi continuoamente nell'aere habitare, e da quello sempre esser circondati, e mangiando, e beuendo, e dormendo, e qual si voglia altra operazione facendo, dobbiamo con diligenza cercare d'hauerlo buono, e fa-



e saluteuole. Più cose pertanto pongono le quali si deono offeruare nella elezzione dell'aere, la prima è che sia mondo, cioè non affetto d'alcun vapore, peroche l'Aere immondo altera il cuore secondo la qualità, e natura de i vapori che con quello si mescolano, prendendosi con esso nel respirare. La seconda è ch'egli sia lucido, e chiaro, peroche l'Aere torbido, e nugoloso induce nel corpo tristezza, e pigrizia: cōmouendo gli humori, e generando altresì spiriti torbidi, e melacolici: la onde per opposto non è cosa che faccia l'huomo più giocōdo, e allegro che il caminare nell'Aere sereno, e tranquillo, e massimamente la mattina.

La terza cosa che si dee intorno all'elezzione dell'Aere offeruare, si è che egli non sia infetto, cioè alterato da qualche cattiuua infezzione, come suole essere ne i luoghi doue per cagione di guerra, ò altro accidente fusse moltitudine di cadaueri, e corpi morti non sotterati. Laonde per sfuggire tale infezzione causatiua bene spesso della peste, si sogliono abrusciare cotali cadaueri. La quarta che sia lontano da luoghi fetidi, e puzzolenti, come necessarij, fognie, paduli, ò ragunanze d'acque morte, ò doue sia macerato lino, ò canape, e similmente lontano da stalle, cimiteri, e altri somiglianti luoghi che sogliono cagionare fetore. Doue per maggiore intelligenza è da notare prima

B 4 che



che nel reggimento della sanità l'Aere è necess-  
sario per due ragioni. La prima per la refrige-  
ratione del cuore, e la seconda per l'espulsione  
delle superflue fumositadi che turbano, e mo-  
lestano gli spiriti, e calore naturale. Impero-  
che si come noi veggiamo in queste cose estero-  
ri che il fuoco senza la ventilazione, & essala-  
zione dell'aria si soffoca, e smorza: così dobbia-  
mo immaginarci che interuenga allo spirito, e ca-  
lore innato dentro di noi, cioè che se per conti-  
noa inspiratione, e respiratione non fusse refri-  
gerato, e quasi ventilato, perirebbe in tutto.

Ha adunque bisogno il calor' innato dell'ae-  
che lo nodrisca, conserui, e temperi per mezzo  
dell'attrazione, e che lo depuri, ò vero mon-  
di, per mezzo dell' espulsione. Se adunque  
l'Aere sia immondo, ò fetido, e corrotto, attrat-  
to dentro di noi corrompe il detto innato calo-  
re: onde nè segue la infermità, e la morte.

Secondo è da notare che l'Aere ancora bisogna  
che sia scoperto à i venti, e non rinchiuso trà pa-  
reti, e tetti, ò vero trà altissimi monti, ò rupi,  
acciò se pure vi si generasse alcuna viziosa in-  
fezzione, ne venga presto purgato per benefi-  
cio de i venti, e massimamente aquilonari.

Nel tempo nondimeno della peste quando non  
si potesse fuggire ad altr'aria buona scoperta,  
meglio saria itarsene in casa cō le fenestre chiu-  
se, acciò quell'aere corrotto non ci penetrasse.

Terzo



Terzo è da notare che si dee eleggere quell'Aere il quale non eccede in alcuna delle prime qualità che sono la calidrà, la frigidità l'humidrà, e la sicità. E quando per auentura egli eccedesse, si doueria con l'arte ridurre à quella temperanza che fusse possibile. Quarto noterai che nel tempo della peste volendo pure aprire le finestre, deui auertire che siano poste, ò à Oriente, ò à Settentrione, e non l'aprire se non dopo qualche hora dalla leuata del Sole: quando l'Aere è piu purgato. Noterai quinto che le due prime condizioni dell'Aere eligibile si possono da noi più tosto desiderare che eleggere: non essendo in nostra podestà far l'aere netto dai vapori, e senza nubi. Ma si bene possiamo eleggere l'habitation nostra, non in cupa valle, mà in eleuato monte, non volta à mezzo dì onde vengono i venti corrottiui meridionali, mà à Settentrione onde soffiano venti sanissimi. Non presso à stagni, ò luoghi fetidi, mà lontana da ogni mala contagione: e doue possano il Sole, e i venti purgarla da ogni maluaggità, & infezzione cattiuà.

A G L I. Molte sono le virtù dell'Aghio, calido in terzo grado, è triaca de i contadini. La prima sua virtù si è ch'egli vale contro il beueraggio d'acqua cattiuà. Imperoche se si piglia innanzi, fa ch'ella non nuoce, e se dopò  
pur



pur gioua, e massimamente preso con l'aceto.  
 La seconda virtù dell'Aglio si è che molto gioua contra i nocumenti che possono apportare le mutazioni dell'Aere, onde si consiglia à coloro che fanno viaggio, e cangiano luoghi, e passano per tante variazioni d'Aere, che la mattina s'armino lo stomaco con vn poco d'Aglio: la onde fù chi cantò di queste due virtù dell'aglio

,, *Allia qui mane ieiuno sumpserit ore,*

,, *Hunc ignotarum non laedet potus aquarum:*

,, *Nec diuersorum mutatio facta locorum.*

La terza virtù dell'Aglio si è che vale contra il veleno delle serpi, e specialmente della vipera tritandolo nel vino, e con quello pigliandolo.

Doue m'occorre narrare vna cosa degna da saperli à proposito dell'Aglio, & della Vipera.

Non hà molt'anni che nella Marca d'Ancona fu presa vna vipera antica, la quale hauea il corpo pieno d'Agli, non molto auanti, per quanto si conosceua m'agiati, e ragionandosi frà più eccellenti medici sopra questo caso, e come cotale animale fusse andato à cibarsi dell'aglio à lui contrario, si concluse che essendo à detta vipera antica, come si potea conietturare, cotanto abondato il veleno che le nocceua, ella per istinto di natura se n'andò à pigliare l'antidoto, e rimedio, per leuar quella superfluità, e conseruarsi in vita. Gioua ancora l'Aglio al morso del ragnatelo, e del cane rabbioso, mangian-



giandolo, e anco ponendolo sopra la ferita con foglie di fico, e ciminio. L'odore de gl'Agli scaccia i serpenti: onde fanno bene i mietitori à tenerne apresso di loro acciò dormêdo nel campo, le serpi non se gli accostino, e gli nuocano.

Per leuare l'odore dell'Aglio, grauissimo à chi non gli hà mangiati, insegnano piu modi, vno è mangiare dopò di loro alcuna foglia verde di Ruta, onde vn Poeta di questo semplice parlando disse.

*„ Allia quem faciunt factorem pellit ab ore.*

Vn'altro rimedio, dicono esser il mangiare sopra di loro vna faua cruda. Vn'altro mangiando dopò, della radice della bietola cotta sotto la brasce. In somma l'Aglio è buono contra le ventositadi, gioua alla tosse, e fa spurgare bene: Mà nuoce alla vista, & induce il dolore del capo.

**A N G V I L L E.** L'Anguille benche siano al gusto saporose, sono nondimeno cattive al reggimento della sanità, e vengano donde si vogliano, e siano come lor pare, ò grandi, ò picciole, ò di fiumi, ò di laghi, ò di mare. Sono dico cattive, percioche sono viscofe, grandemente opilatiue, e la generatione loro nell'acque è simile à quella de i serpenti in terra: onde non sono senza pericolo di veleno, e sono particolarmente nocciue alla voce per cagione di



di quella loro limosità, e viscosità. La onde se ne deono astenere la quaresima i predicatori.

Tuttavia chi ne vuol mangiare, burti via il capo, e la coda, nelle quali parti suol stare il veleno, e similmente non mangi la spina interna. Sarebbe altresì bene, mentre che anco son vive somergerle nel vino che fusse ottimo, e di poi morte apparecchiarle, con spezie, e vino lavernata, e la state con agresto, e aceto.

In somma due cose dicono dell'Anguille alcuni valenti huomini, La prima che pare che la natura iniquamente habbia fatto, à donare à cibi da rifiutarsi, e da sputarsi, così soave sapore. La seconda che è verissimo il volgato detto, appresso di molti, cioè che i pesci, e l'Anguille vive nell'acqua si deono nutrire: Mà morte nel vino si deono preparare: cioè che col pesce, & Anguille per temperare la loro frigidità, e humidità si dee bere spesso, e temperatamente del vino. E quanto s'è sin qui detto dell'Anguille vogliono che ancora s'intenda delle lamprede, benché le picciole lamprede, sono più lodeuoli dell'Anguille, e manco pericolose, non essendo di tanta viscosità, e grossezza quanto l'Anguille.

**A N I C I.** Gli Anici sono calidi, e secchi nel terzo grado. Hāno virtù di confortare la vista, e di scaldare lo stomaco, assotigliando gl'hu-



humori grossi, e freddi di quello, e preparando gli all'espulsione da farsi di loro: e per questo giouano al vedere: perciocche non è cosa che tanto sia nocceuole à gli occhi quanto l'immondezza dello stomaco, da cui s'eleuano fummi immondi dannosi alla vista. Gli Anici, oltre acciò, fanno l'halito della bocca più giocondo: risoluono le ventosità, sedano i dolori, prouocano l'vrina, tolgono la sete cagionata da falsi humori: son contrarii al veleno: Vagliano all'ensiagioni, mondano la matrice dal flusso dell'humidità bianche: sono apritiui dell'opilazioni del fegato, e della milza generate dall'humidità: E similmente delle reni, e della veslica, aprendo le strade, da gli humori grossi, freddi, e lenti ferrate, e chiuse. Giouano finalmente al dolore della testa, e conducono il latte alle mammelle, & eccitano, frequentati, l'appetito Venereo.

**AQVA BEVTA.** Essendo la sete vno appetito di cose fredde, e humide, pare in prima vista l'Acqua hauendo le predette due condizioni, cioè essendo fredda, e humida, sia più conueniente beueraggio del vino, che virtualmente è caldo. Tutta via nel reggimento della sanità si dee, generalmente parlando, schifare l'Acqua, Prima perche nuoce allo stomaco infrigidandolo, e togliendogli l'appetito del cibo.



cibo: Dipoi perche impedisce la digestione, che si fa conterendo, e cuocendo il cibo, infrigidandolo, e rendendolo crudo. Si come per essemplio si vede auenir' à vna pignatta che bol la al fuoco, se sopra vi sia posta acqua fredda in quantita, che subito rimette, e tralascia di bollire, e cuocer quella carne, ò altra cosa che dentro vi sia stata posta. Beuere non dimeno vn poco d'acqua fredda dopò il cibo preso, quando faccia sete, non nuoce, anzi allegerisce lo stomaco, & aiuta il descendimento del cibo alle parti inferiori.

Naturalmente nondimeno nella mescolanza del cibo, e missione dell'istesso alle parti del corpo estreme, il vino preuale all'acqua. Imperoche per ragione della sua sottigliezza nella sostanza, & attione, più sotilmente si mescola: E perche la natura ancora più in quello si diletta, e però più presto lo tira à se, e cō gli altri cibi lo mescola, facendosi inassimamente questa mescolanza per via di certa ebollizione la quale più aiuta il vino per conto della sua virtuale calidità, che l'acqua la quale più tosto la impedisce con la sua frigidità. E così è manifesto come il vino nella missione che si fa dei cibi nello stomaco nostro è molto più vtile dell'acqua. E l'istesso diciamo ancora rispetto alla delazione del cibo, imperoche il vino è ottimo penetratore per la sottigliezza della sua sostanza.



stanza, e calidità sua virtuale, essendo le cose fortili, e calde, molto penetratiue. E per conseguenza il vino è più delatiuo dell'acqua, in cui niente è virtualmente calido, nè di sostanza aerea, ò ignea: onde la tardanza dell'acqua passando impedisce ogni corso. Oltre acciò l'acqua per vn'altra ragione non è beueraggio così conueniente, e d'atto come il vino: Imperochè non essendo ella di nutrimento, impedisce lo alimento della nutrizione: La onde quanto vn cibo è più aquatico tanto è meno nutritiuo.

E bene per tanto che il vino si mescoli col cibo, essendo egli grandemente nutritiuo, e restauratiuo: e aiutando la nutrizione, e velocissimamente nodrendo. Onde chi hauesse d'aiutare vno che mancasse per debolezza, meglio ciò farebbe dandogli da bere qualche buon bino, che somministrandogli il cibo, ancorche precioso. Si dee altresì notare che il bere l'acqua non solamente è nocciuo alla cena, ò desinare mà eziandio in molti altri casi.

E prima nuoce beuendosi à digiuno, perochè penetrando senza rittegnò alcuno à gli intimi membri principali, viene à mortificare il calore naturale. Nuoce nel secondo luogo beuendola dopò qualche forte essercizio, ò vero dopò l'atto venereo: perochè essendo all'hora i pori del corpo, e meati della vita molto aperti, viene à penetrare le più riposte parti dell'huomo,



mo, mortificando il calore innato, che dopò tale esercizio si troua debole. Terzo nuoce il bere l'acqua dopò il bagno, e massimamente à corpo voto, per l'istessa regione, essendo le vie grandemente aperte: Quarto nuoce à beuerla dopò cena, ò cibo preso peroche con la sua frigidità prohibisce la resolutione, e digestione. Quando pure hauessimo vna gran sete, e che non bastasse per leuarla la frigidità dell'aere inspirato, ne la lauanda della bocca, e gargarizzo con acqua fredda; all'hora potremo bere vn poco d'acqua con vn vaso di stretta bocca, acciò ella venga più longo tempo à cadere sopra la bocca dello stomaco, e meglio per tal maniera à spegnere la sete. Piglisi non dimeno in poca quantità, acciò omninamente non impedisca la digestione.

**ASPARAGI.** Danno gli Asparagi poco alimento al corpo, e non buono: benche siano diletteuoli al gusto, e confortino lo stomaco: Si possono dare con Olio, Aceto, e Sale: e bolliti in acqua muouono il ventre, e prouocano l'vrina: & alcuni dicono ch'inducano nausea

**A V D I T O.** Nell'V dito nostro da più cose si cagiona il tinnito, ò vero mormorio che tale hora ci sentiamo: Alcuna volta dalla paura, per cui gli spiriti, e gli humori si muouo-  
no



no alli parti interne, e verso il cuore, onde per tal moto si generano ventositadi penetranti l'organo dell'vdito; e commouenti l'aere connaturale in esso Organo esistente, e si cagiona cotal mormorio. Alcuna altra volta dalla lunga fame, percioche non trouando la natura il cibo neccessario, si conuerte à gli humori sparti per il corpo, e agitandogli gli muoue, e risolue in ventosità. Terzo può auenire dal vomito, il quale essendo vn mouimēto faticoso, fa ascendere humori al capo, e all'organo dell'vdito: In segno di cui veggiamo diuenire al vomitante gli occhi, e la faccia rossa.

Quarto si può cagionare da alcuna percossa riceuuta nel capo, e specialmente nell'orechie, come eziandio da qualche caduta, onde ne prouiene vehemēte commozione d'aere connaturale nell'organo dell'vdito esistente: conciosia che la natura quando alcun membro viene offeso, immediatamente à quello trasmetta, indirizzi, e mandi, spirito, e sangue, che sono gli instrumenti suoi. Quinto può cotal mormorio esser cagionato dall'ebrietà, per cui si viene à riempire il capo di fumosità e vapori: dai quali poscia si cagiona quella agitazione dell'aere connaturale all'vdito. Sesto può auenire dal souerchio freddo, per cui si debilitano gli organi de i sensi, onde per ogni leggier causa patiscono, & auuiene in loro commozione, o vero

C per-



perche è proprio al freddo cagionare ventosità. In somma può il tinnito, e mormorio dell'orecchie da molte altre cagioni accadere, oltre alle predette, come essempli grazia da ventosità generate si nel capo, & in esso mosse: O vero dal suono d'immondezze nata in esso organo, e non espurgata fuori, onde si vorrebbono tener monde l'orecchie. O vero dal mouimento d'alcuna ventosità accidentale dentro i meati dell'vdito; come suole auuenire ne i febricanti. O vero da souerchia replezione del corpo, e massimamente dello stomaco somministrante per ciò abondanza di fumi alla testa. O vero da alcuna materia viscosa, risolta in poca ventosità. O vero finalmente da medicine, la cui proprietà si è di rattenere gli humori, e le ventosità nelle parti superiori.

**B V T I R O.** Due sono le proprietà del Butiro. La prima è ch'egli dispone, e fa lubrico il ventre, per cagione della sua vntuosità. La seconda si è che humetta, e rinfresca si come eziandio il latte delle cui parti migliori egli si compone. E nondimeno nociuo il Butiro al corpo febricitante, peroche quella sua vntuosità ageuolmente s'infiamma, onde s'augmenta il calore della febre. E faria di danno eziandio à i sani, quando frequentemente per modo di cibo l'vfassero, percioche per cagione della  
sua



sua troppa humidità, & vntuosità, induce nausea, & abominazione allo stomaco, e fa supernatare il cibo nella bocca di quello, e souerchiamente rilassa il ventre, e prouoca il vomito.

Non si dee adunque vsare per modo di cibo, e specialmente dopò l'altre viuande; mà per condimento, & in vece d'olio, assai è conueneuole.

**C A R N E.** La carne salata, e secca, ò al fummo, ò al sole, sia di che sorte si vuole, e di qual si voglia animale, genera sangue grosso, e maninconoso: e per conseguenza nuoce à gli infermi, e non è anco conueneuole à i sani. Le carni ceruine, e di lepri sono ancora esse generatiue di maninconia: e si deono fuggire, massimamente quando sono vecchie, e magre, mà quando sono giouani, e grasse son meno cattive peroche l'età giouenile, e la grassezza, vengono à contemperare la loro troppa ficità. Le carni caprine, e bouine sono di dura, e tarda di gestione, e generano esse ancora sangue grosso, e melancolico, mà è anco peggiore la caprina. Trà le carni di quadrupedi afferma in più luoghi Galeno quella del porco esser migliore per lo calore, & humidità sua temperata. Mà bisogna auertire che ella non sia di porco antico, peroche malageuolmente si digerisce. Nè anco di troppo giouane, ò laetente, peroche cotale carne è humidissima.



Dicesi anco la carne porcina dell'altre migliore, percioche genera miglior sangue, & ha più somiglianza, e conformità con la carne humana che altra. Onde si sono trouati alcuni che mangiando inscientemente carne humana, si sono pensati che sia porcina. E altresì la carne del porco molto nutritiua, e fà più d'ogn'altra ingrassare. Sono alcuni che dicono la carne de porci saluaticchi essere di quella de i domestici migliore, per non essere tanto viscosa, e più leggieri. La carne di capretto, la quale pon Galeno nel secondo luogo, e dopò quella del porco, è di temperata complessione, facile à digerire, e non hà in se mescolanza di malizia alcuna. Il sangue che genera è temperato, frà il sottile, e grosso, caldo, e freddo. Onde non conuiene à coloro che molto faticano, mà à i giouani temperati, e di mediocre essercizio. Fra le seluaggie la carne del capriolo per l'istesse ragioni da alcuni è giudicata la migliore. Dopò la carne del capretto segue quella del castrato, e della vitella.

E si dee notare che le carni di complessione secca sono migliori quanto sono più giouani, peroche la loro siccità si viene à temperare dall'humidità della prima età. La onde son migliori i capretti, e i vitegli, che i castrati, e i bo ui. Ma le carni de gl'animali humidi sono migliori quanto sono più distanti dal parto: percio che



che con l'età si viene à disseccare la tanta loro humidezza. Onde le carni che inchinano alla siccità si douerebbono cuocere lesse, come quelle de Conigli, Lepri, Cerui, Vitelli, e Caprioli: E ne i tempi humidi, e da complessioni humide vsare. Ma quelle che per contrario sono di natura loro humide, si deuerbbono arrostitire, come la carne del porco, e de castrati arieti, e ne tempi secchi, e da complessioni parimente asciutte mangiare.

Dicono alcuni la carne del porco senza vino esser men sana di quella della pecora, ma col vino, & arrostita nò, anzi essere d'ottimo nodrimento, e quasi medicinale, peroche molto humetta. La carne di gallina è cibo molto conueneuole alla natura humana: Imperoche si conuerte ageuolmente in sangue, hà pochissime superfluità, tempera la complessione, e gli humori, augmenta lo intelletto, e l'ingegno, e chiarifica la voce. Sono particolarmente lodate le carni delle pollastre che non hanno ancora fatto l'voua, e così dei galletti castrati. La carne della Tortora è di buon nutrimento, e genera buoni humori: Quella della Starna è molto leggiere: Quella della Pernice è restrittiu del ventre. La carne della colomba è colerica, e per la sua calidità genera sangue infiammato, e dispone alla febre. Le colombe giovani, che anco non volano hanno calidità, &



humidità fouerchia: Onde generano humori grossi. Le vechie, & antiche per la loro troppa calidità, e siccità sono di difficile digestione. Per lo che migliori di tutte sono le giouani, che incomminciano à volare. Le Conturnici sono di sottile sostanza, generano buoni humori, e molto conuengono à i conualescenti. La merla vuole essere mangiata giouane. Il Fagiano ò vero gallo saluatico è cibo da principi, e molto conueneuole alla sanità, e fortezza.

Generalmente fauellando fra gli uccelli commestibili, quelli sono migliori, che nel volare sono più veloci: peroche sono di più facile digestione, e sono cibi conueneuoli à coloro che attendono à gli studi, e alla contemplazione.

La carne dell'Oche, e dei Pauoni è di non lodeuole nodrimento, e difficile à digerire.

Quella delle Passere è calidissima, e da ogni temperanza lontana. Dopò le carni si dee mangiare, non le noci peroche troppo disseccherbbono, mà il cascio, nè fresco, nè secco, mà passo, e mezzano. Ilquale fa discendere il cibo nel fondo dello stomaco, onde meglio si fa la digestione.

C A P O. Due rimedij pongono i Medici Salernitani al dolore del capo, il primo dei quali si è beuere vn calice d'aqua fresca, e questo massimamente si dee vsare, quando cotal doglia



glia di capo si è cagionata dal fouerchio vino beuto. Imperoche essa acqua con la sua freddezza, e grossezza impedisce, e vieta à i fumi, e vapori da tale fouerchio bere cagionati, che non ascendano al ceruello, e l'offendano.

Il secondo rimedio si è stroppicciarfi, moderatamente però la fronte, e le tempia, e poscia cō acqua di decozzione di Solatro, temperatamente calda lauari, perche la proprietà della Morella, ò vero Salatro essendo di natura fredda, si è di rinfrescare, e toglier via l'ardore della testa.

**C A S C I O.** Il Cascio fresco è freddo, humido, di grossa sostanza, difficile à digerire, opilatiuo, generatiuo di pietra, e non molto conueneuole in via di cibo, nel reggimento della sanità. Il cascio antico, e stagionato è caldo, e secco per cagione del sale: fa digerire il cibo, & egli malageuolmente si digerisce. E di poco nodrimento, è cattiuo: nuoce allo stomaco, e troppo disecca. Ma il mezzano, cioè il passo, è buono preso dopò il cibo, mà non in molta quantità. La onde si suol per proverbio dire.

,, *Caseus bonus, et sanus, quem dat auara manus*

,, *Il Cascio è buono e sano, ilquale dà l'auara mano*

Vero è che secondo Auicenna, il Cascio fresco, con tutto che non molto sano sia, nodrisce



nondimeno, & ingrassa chi l'vsa moderatamente. E altresì il Cascio induratiuo del ventre: E māgiato col pane dai sani, & in poca quantità è gioueuole. Mà à gli infermi non si dee dare. Allo stomaco caldo, dicono essere vtile il Cascio fresco, peroche con la sua freschezza contempera l'adustione, e calidità di quello. Allo stomaco flegmatico conferisce il Cascio secco, con la sua accutezza tagliando, & astèrgendo la flegma. Il cascio finalmente preso dopò il cibo, fortifica la bocca dello stomaco, e toglie il fastidio della bocca, lasciato dalla vntuosità, e dolcezza delle viuande.

**C A T T A R R O.** Molti sono i rimedij da curare il catarro. Il primo è l'astinenza, ò vero digiuno, ilquale essendo disseccatiuo viene à consumare la materia di esso catarro. Et oltre à ciò la natura non trouando altra materia, in cui possa operare col calor suo naturale, opera in essa materia cattarrale, e la consuma. Il secondo è la vigilia, per esser ella ancora dessecatiua del ceruello, e prohibitiua dello ascendimento de i vapori alla testa. Il terzo è il cibo caldo peroche gioua alla digestione di esso catarro, che è di materia fredda. La fatica altresì è buona, e lo essercizio, peroche molto dissecca le superfluità corporali. Il bere ancora poco, & il patire la sete per l'istessa

fa



sa ragione. Il ritenere oltre acciò il fiato non è se non vtile, conciosia che così meglio si riscaldano le parti interiori, e più ageuolmente si viene à digerire cotal materia fredda.

Si dee anco vno incattarrato guardare dal sole, e dal fuoco, imperoche hauendo l'vno, e l'altro virtù risolutiua, accrescono materia al cattarro. Lo stare altresì à giacere sopino dicono alcuni esser molto noceuole, peroche correndo per ciò cotal materia cattarrale alle parti posteriori, doue non hà esito, porta pericolo di non cascare sopra i nerui, e cagionare spasimo, ò paralisia. Vltimamente si dee lo incattarrato astenere dal vino, percioche essendo vaporoso, e molto calido, rissolue materia, & accresce cattarro.

Dirò ancora questo, e poi tacerò in questo proposito, cioè che tre sono le specie di questa infermità: La prima è nelle nari: La seconda nelle fauci: E la terza nel petto: e per lo più tutte e tre vanno successiuamente accompagnate, calando sempre cotal materia più à basso fino à tanto, che poscia matura si spurghi, e si mandi fuori.

**C A V L O.** La prima cuocitura del caulo è vtile à disporre il corpo, conciosia che nelle foglie, e parti esteriori d'esso sia vna certa virtù alterfina, la quale ageuolmente nella prima  
de-



decozzione, ancorche breue, separata, e spar-  
ta per l'acqua, la rende lubrica, e lassatiua.

Mà la sostāza del cauolo dopò la decozzione,  
ristringe il ventre, e lo rende stitico, peroche  
tutta quella virtù lassatiua che haueua essendo  
leuata, rimane la sola sostanza terrestre, e sec-  
ca, che hà virtù stringitiua. Mà l'vna & l'al-  
tra insieme, cioè il brodo, e la foglia sono lassa-  
tiui. Genera il cauolo humore maninconico:  
soministra cattui sogni: nuoce allo stomaco: ot-  
tenebra il vedere: induce sonno: prouoca l'vri-  
na: poco nodrisce: e proibendo alle fumosità  
del vino, più immateriali, e sottili delle iue, cō  
ingrossarle, che non ascendino al ceruello, man-  
giato non lascia vbriacare.

**C R O C O.** Il Croco genera nausea, to-  
glie l'appetito, fà venire sonno, ottenebra i sen-  
si, beuto nel vino inebria, chiarifica la vista, vie-  
ta le lagrime à gli occhi, fà l'anelito facile,  
conforta gli instrumenti del fiato, prouoca l'vri-  
na, & eccita venere, immoderatamente vsato:  
conforta eziandio lo stomaco, e principalmen-  
te il cuore per la sua calidità. Mà sopra tutto  
dicono, che hà virtù di rallegrare, di maniera,  
che tre scudi d'esso presi amazzano d'allegrez-  
za: & è vn scudo il peso d'vna dramma, e mez-  
zo. Di modo che quattro dramme, e mezzo  
di Croco, se si dessero à vno, ò in beuanda, ò in  
al-



altra cōsa à mangiare, generarebbono in lui, come dicono tanta allegrezza, e riso, che se ne morrebbe. Si dee àdunque vsare parchissimamente, come douea fare Eraclito però sempre piangente, per contrario à Democrito che sempre ridea.

**C. E L I D O N I A.** È questa vn'herba nota, massimamente alle Rondini. Per lo che da i greci con vocabolo di quest'herba, Celidonie sono chiamate. Hà virtù di sciogliere, consumare, & attrarre: & è confortatiua della vista. Onde sogliono i medici contra la debolezza del vedere nelle loro medicine vsarla. Le radici di lei trite, e cotte nel vino vagliono à purgare la testa da gli humori freddi, & humidi. Mà particolarmente si seruono di questo benedetto semplice le sopranominate Rondini nel restituire la vista cō esso à i loro figliuolini: i quali bene spesso rimangono ciechi cacciando sopra de gli occhi loro le feci delle madri nel nido. Mà essendo quest'herba calida e secca nel terzo grado, con essa vengono à disseccare quell'humidità straniera caduta ne gli occhi à i propri figliuoli: e per tal maniera vengono raluminati.

**C I P O L L E.** Le Cipolle, come dicono Galeno, & Auicenna, sono calide nel terzo



grado. Onde nucono à i colerici, e giouano ai flegmatici, assottigliando, & astergendo i loro cattui humori. Conferiscono ancora allo stomaco, purgandolo dalla flegma, e riscaldandolo. Cagionano altresì buon colore nella faccia perche non è possibile che il colore del volto sia viuo, & acceso, essendo lo stomaco molto flegmatico, e di crudi, e cattui humori ripieno. Le Cipolle cotte, e peste se si pongono sopra la testa, oue non siano peli, ò vero capelli, per cagione d'opilazione, aprono i pori, e risoluendo quella materia cattua, che staua ascosa sotto la cotenna gli vi fanno nascere.

In somma, eccitano l'appetito, inducono sete, fanno rossa la faccia, trite col mele, e con l'aceto sono medicina al morso del cane rabbioso. Il sugo loro gioua à desiccare gli occhi la grimosi, benche mangiate à gli stessi nucono per la loro accutezza. Sono eziandio di danno allo intelletto generando humori grossi cattui: e frequentate per la loro caldezza sono contrarie alla castità.

**C E N A.** Ancora che ogni fouerchio mangiare sia sempre nocciuo, generando opilazioni, febri, aposteme, & altri innumerabili mali: nondimeno quello della sera nuoce più di tutti allo stomaco, e alla complessione, onde si suole in prouerbio dire che,

*A vna*



,, *A vna abundante, ricca, e lauta, cena*

,, *Allo stomaco segue angoscia, e pena,*

Auicenna consiglia coloro che non tolerano di cibarsi vna sol volta il giorno, à diuidere, e spartire il cibo in tre parti, e due prenderne la mattina nel desinare, e la terza la sera nella cena.

La ragione di questo si è percioche la natura, nella notte essendo occupata intorno alla maturazione, e digestione delle superfluità, non può così bene, e come si conuerrebbe attendere alla decozzione del cibo souerchiamente preso. Mà il giorno, alla digestione del cibo, oltre alla fatica, concorrono due maniere di calore, il solare esterno che aiuta, & il naturale interno che non istà giammai in ozio.

Si dee nondimeno offeruare che la consuetudine è come vn'altra natura. Onde à gli studenti che per cagione di poter meglio specolare nelle scuole il giorno, di breuissimo desinare si contentano, non nuoce poscia la sera, per la consuetudine, & vso fatto, se alquanto più lunga cena prendono. In somma non si dee giammai per alcun tempo, cotanto māgiare, che niuna parte dello stomaco resti vota: nè anco del tutto negare all'appetito il desiderio, e bisogno suo. Mà offeruare in questa, come anco in ogni altra cosa, la lodeuole, e sempre dai buoni, e virtuosi amata mediocrità.

Sono alcuni che dicono la cena donersi incom-



cominciare dal bere: mà io sono di contraria oppinione, e seguo in ciò l'autorità d'alcuni eccellenti Filosofi, e la consuetudine de i più.

Concedendo però che ella si deue incominciare da i cibi di più ageuole digestione, acciò nō si corrompiano nello stomaco presi dopò gli altri cibi di più malageuole digestione, ò vero siano troppo abruscianti dal calore naturale operante fortemente per la digestione de cibi più grossi sottostanti. Meglio è adunque prendere nel principio i cibi più liquidi, e di più ageuole digestione, acciò tosto che saranno prima de gli altri smaltiti, possano senza ripugnanza andarsene al luogo loro.

**C E R A S E.** Tre sono l'vtilità principali che ne arrecano le Ciriegie, La prima è che purgano lo stomaco, all'hora massimamente, quando con esse si frangono, e spezzano i noccioli, essendo in lor certa virtù astringua, e modificatiua. La seconda è che il nocciuolo loro, cioè la sostanza che vi stà dentro, hà virtù di rompere le pietre delle reni, ò vero della vesfica, se secca sia presa, ò vero d'essa se ne faccia latte. La terza è che la carne delle Ciriegie, cioè quella parte che cuopre l'osso, e il nocciuolo, genera ottimo sangue, conforta, e ingrassa. Onde si vede che al tempo delle Ciriegie, le passere à cui molto piacciono, sono dell'altre  
sta-



stagioni più grasse. Ma qui si dee notare che di più maniere Ciriegie si trouano, cioè alcune grosse, & altre picciole. Le grosse sono elleno ancora di due sorte dolci, & acerbe. Le dolci, e picciole sono mal sane, peroche ageuolmente si corrompono, e generano nei corpi vermi. Le grosse pontiche rossè, e molli si deono mangiare nel principio della mensa, peroche hanno virtù astringua dello stomaco è d'excitare l'appetito. Mà le duracini si deono pigliare nel fine del pranzo, ò vero cena, peroche chiudono la bocca dello stomaco, onde la digestione migliore, e più velocemente vien fatta.

**C E R V E L L O.** Fauellando i Medici Salernitani delle parti de gli animali comestibili, dicono, La carne del cuore essere melanconica, difficilmente digerirsi, e tardi discendere, e mandar si fuora, onde non è bona, nè molto nodrisce.

Lo stomaco, ò vero petto parimente è di mala digestione, essendo membro neruoso, e non genera buon sangue. L'estreme parti nondimeno di quello che sono più carnose, sono migliori, e più digestiue.

La Lingua è di buono nodrimento, e di ageuole digestione, e frà tutte quella del porco: denudata massimamente della propria pelle. La lingua del boue per la sua troppa humidità è



ta è poco sana: chi pure la vuol mangiare l'arostisca con garofani, & altre spezierie sininuenti la sua tanta humidità.

Il polmone per la sua mollezza, e rarità facilmente si smaltisce, e manda fuori: mà per essere di poco nutrimento, e flegmatico, poco conuiene alla natura humana. Il polmone nondimeno del montone, se bene non è cibo conueneuole, è però buona medicina per sanare il calcagno scorticato dalla scarpa, se caldo vi si pone sopra.

**IL CERUELLO.** Fà nausea allo stomaco, toglie l'appetito, e genera grossi humori. Mà bene ismaltito dà notabile alimento al corpo. Non si dee però mangiare dopò gl'altri cibi, mà innanzi condito, con specie, acciò si venga à contemperare la sua viscosità, e frigidezza. Il ceruello dei Caprioli è contro i veleni: quello della Lepre contra il tremore: quello del porco poco è alla natura conueneuole: Frà i quadrupedi, il ceruello dell'Ariete tiene il primo luogo, e quello del Vitello il secondo. Mà migliori sono quelli de i volatili, e massimamente montanini. E sopra tutti poi, dicono, essere migliore il ceruello della Gallina, e del Cappone, condito col sale, e con le spetie. Imperoche stagna il flusso del sangue delle nari, augmenta la materia, & assottiglia l'ingegno.

CVRE



**C V R E.** Chiunque brama di viuer sano, bisogna che dia bando primieramente à tutte le cure souerchie, e maninconose. Imperoche disseccano i corpi, e l'ossa, inducono macilenza, stringono il core, ottenebrano lo spirito, fanno ottuso, e grosso l'ingegno, impediscono la ragione, oscurano il giudizio, e fanno perdere la memoria. Sono nondimeno alcuni cotanto grassi, e corpolenti, che bene farebbe loro alcuna volta hauere de i pensieri graui, e cure noiose, acciò il corpo alquanto macerandosi, desse più libero campo allo spirito di operare.

**C I B O.** L'huomo che desidera mantener si sano, deue auertire nel prendere il cibo più cose, e prima che lo stomaco sia bene purgato dai cattui humori: peroche altramente il cibo mescolato con quei cattui humori si corromperebbe con pregiudizio della sanità. Si purga lo stomaco specialmente col vomito, quando da noceuoli humori si sente grauato. Nel secondo luogo si dee offeruare che non si pigli cibo sopra cibo indigesto, peroche non può farsi cosa più dannosa per la sanità, conciosia che per ciò si generano molti cattui humori nel corpo, onde si cagionano varie infermità.

Segno della digestion fatta, dicono essere l'appetito vero, e la fame: dico vero appetito di mangiare, peroche tal volta si ritrouano al-

D cuni



cuni, i quali non per bisogno, mà per golosità mangiarebbono, e beuerebbono ad ogni hora. Quando adunque ci è questo vero appetito si può mangiare, anzi, non si dee differire il cibo percioche altramente facendo si viene à riempire lo stomàco di putridi, e cattiuu humori. E altresì da offeruare che in vna istessa cena, ò refezzione non si deono pigliare diuersi cibi, come farebbono carni, e pesci: polli, e porco: peroche douendosi di tutti fare vna compositione, quanto più diuersi saranno l'vno dall'altro, tanto sarà più malageuole l'vnione.

Non si dee anco molto prolongare il pranzo ò la cena, come fanno alcuni, che in ragionando, e mangiando staranno tal volta à tauola, e due, e tre hore, e più. Imperoche così facendo l'vltimo cibo che prendono troua il primo già mezzo smaltito, onde cotale dissomiglianza nello stomaco pessimi effetti cagiona. Per lo che non si douerebbe passare giammai nella cena, ò desinare lo spazio d'vn'hora. Questi precetti benissimo offeruaua quel gran Rè de Persi Ciro, di cui si legge, che mai si pose à tauola senza appetito, nè mai quindi si leuò satollo.

**COMESTIONE.** Nella Primavera, dicono douersi pigliare poco cibo, acciò la natura meglio possa digerire i crudi humori  
ge  
ne.



nerati l'Inuerno nei corpi nostri. Onde affermano la diminuzione del cibo nel prefato tempo essere vno dei principalissimi mezzi da mantenersi sane. La state similmente si dee poco mangiare, percioche essendo gli spiriti, e calore naturale, instrumenti della virtù digestiua, molto deboli, per cagione del calore esterno eccessiuo, che gli trahe alle cose esterne, il molto cibo non si potria ben digerire.

Perche nondimeno molte sono le resoluzioni dell'humidità tanto sostanziali, quanto accidentali, che si fanno nel corpo nostro la state, vuole Galeno che il cibo sia spesso, e poco. Spesso perche spesse, e frequenti sono le resoluzioni dal fouerchio caldo cagionate: poco per la fiacchezza della virtù digestiua. E permette che il beueraggio sia più del cibo, per le grandissime risoluzioni che si fanno, mà vuole che i vini siano piccoli, e bene innaequati, acciò non s'aggiunga calore à calore.

Lo Autunno dobbiamo riguardarci da i frutti di quella stagione, cioè dall'vne, persiche, fichi, & simili, ò almeno mangiarne pochi: percioche generano sangue disposto alla putrefazione, per lo ribollimento che fanno nel corpo, e ne gli humori: Onde ne vengono varie infermità.

Lo Inuerno vuole Galeno che si possa pigliare più cibo che in altra stagione: percioche all'

D 2 ho



hora il calore naturale è fortissimo, per due ragioni. La prima perche è più vnito. La seconda perche viene fortificato dalla frigidità circostante dell'aria. E questo si dee intendere rispetto à i corpi sani, e robusti: perche rispetto alle persone deboli, e di poco valore, lequali l'intenso freddo non conforta, mà più tosto indebolisce, si dee dire altramente, cioè che per la debolezza del calore naturale prendano poco cibo, mà buono, e sostanzie uole.

**C E R V O S A.** La Ceruosa si può fare di Grano, d'Orzo, e d'Auena. Quella d'Orzo riuscirà più frigida, essendo che l'Orzo refrigera, e secca. Quella che si fa d'Orzo, & Avena insieme, farà meno opilatiua, e genera meno ventosità, è sarà anco meno nutritiua. Quella finalmente che si fa di grano è più calida, più nutrisce, e d'è eziandio più opilatiua. E si dee sapere che quanto la ceruosa è più sottile, tanto è migliore. Et che pessima sarebbe quella che si facesse di loglio, imperochè genera gran dolore di testa, & offesione di nerui.

Molte sono le proprietà della Ceruosa, e la prima che genera humori grossi, più e meno secondo che essa sarà più sottile, ò grossa. La seconda proprietà si è che augmenta le forze, e massimamente quella che è di più decozzione, come dicono essere l'Ostiensè. La terza si è  
che



che augmenta la carne, e fa ingrassare, per la sua molta nutrizione. La quarta che genera buon sangue, massimamente quella fatta d'ottimi grani, e fresca. La quinta è che prouoca l'vrina. La sesta che scioglie il ventre, e queste due vltime proprietà si deono intendere della ceruosa chiara, in cui molti luppoli si pongono. Laquale nondimeno deono schifare i deboli di testa, percioche ageuolmente frequentandola s'inebriarebbono per cagione di detti luppoli. La settima proprietà si è ch'ella gonfia il ventre, & ingrassa, & è vero della Ceruosa poco cotta. L'ottaua è che ella infrigida, rispettiuamente al vino.

Cinque condizioni dee hauere la Ceruosa à volere che sia perfetta. La prima che non sia acetosa, peroche nocerebbe à i nerui come l'aceto. La seconda che sia chiara, peroche la torbida se bene ingrassa, genera però ventosità, e molta flegma, e rende difficile l'orinare, e il respirare turando i meati. La terza che sia ben cotta, e di grani buoni, non corrotti, e questa sarà la quarta condizione Imperoche di grani guasti genera cattui humori: e la mal cotta cagiona enfiagioni, e dolori colici. La quinta è che sia stagionata, e ben purgata, acciò non causi ventosità. E si dee bere temperatamente, perche è peggiore l'ebrietà della Ceruosa che del vino.



**COMPLESSIONE.** Concorrono alla costituzione del corpo humano necessariamente quattro humori, che sono, Sangue, Flegma, Colera, e melancolia: Il sangue per essere caldo, e humido vien comparato all'Aere: la Flegma, fredda e humida, all'Aqua: la Colera calda e secca, viene assomigliata al fuoco, e la Maninconia fredda e secca, alla terra. Il migliore di questi humori è il sangue, prima perche è materia de gli spiriti ne i quali consiste la vita, e ogni operazione vitale, e vegetale. Dappoi perche è più cōforme a i principii della vita, che sono il caldo, e humido temperato. Terzo perche più nutrisce, e ristaura il perduto che gli altri humori, & in somma perche il sangue è il tesoro della natura, alla cui amissione subito segue la morte.

Dopò il sangue segue la flegma in bontà, per essere più de gli altri humori atta a cangiarfi in sangue, e perche essendo più vicina all'humido radicale, è come base della vita. Seguita di poi la colera, la quale mentre che offerua la misura e temperamento, partecipa col calore naturale. Nell'ultimo luogo, come feccia, & sordidezza del sangue, si pone la maninconia, lontana da i principii della vita, inimica della letizia, e della liberalità, connata alla vecchiezza, & alla morte.

Molti segni pongono i Fisici da conoscere  
l'hu



l'humane complessioni. Imperoche il sanguigno è naturalmente corpulento, e di buon colore: volentieri ascolta fauole, e burle, è allegro, e festoso nel suo conuersare: gli piace il vino, e il buono. È inclinato à Venere. Ride facilmente: è sempre amabile e giocondo. Difficilmente s'adira: è liberale: audace: si diletta del canto, e del suono: & ama l'amicizie: e tutte queste proprietà gli conuengono per la nobilissima sua complessione fondata nel caldo, e nell'humido. Onde per la viuacità, e perspicacità dello ingegno, il sanguigno è atto à facilmente apprendere tutte le buone arti, e discipline.

Il Colerico è impetuoso nell'azzioni sue: è cupido d'honore. Velocemente apprende per la fortigliezza, e calidità dell'humore colerico: mangia assai, peroche in lui è il calore grande, potente à digerire: presto cresce, e peruiene all'augumento, per la fortezza del calore naturale, ch'è causa dell'acrescimento: è magnanimo, e non può sopportare l'ingiurie: è hirsuto, e pelofo per la caldezza dilatante i pori, e mouente la materia de peli alla cotenna. Ageuolmente s'adira: è audace, astuto, magro, per la siccità della complessione, & è di colore cedrino per il dominio della colera.

Il Flegmatico è di poche forze per la paucità del calore naturale, da cui ogni virtù hà origi



ne. Di statura piccola per il poco calore impotente à estendere il corpo in lungo, ò vero in alto. È più inclinato all'ocio che à gli studi, per la frigidità inuitante alla pigrizia. Dorme assai per l'abondante humidità. E di grosso ingegno, poco perspicace, per la freddezza. È tardo nel moto per l'istessa cagione. Sputa assai per la grande humidità multiplicatiua di tal materia: & è bianco in faccia naturalmente, segno della paucità del sangue con frigidità, secondo Auicenna.

Il Maninconico, per gli spiriti torbidi, e tenebrofi, è ripieno di tristezza, come per contrario gli huomini sanguigni sono allegri per la chiarezza de gli spiriti. È taciturno, e di poche parole per la sua freddezza. Dorme poco per la siccità del ceruello: è pertinace nelle proprie oppinioni, per la medesima siccità ritentiuua: sempre teme, nè mai gli pare essere sicuro, per la tenebrosità de gli spiriti: È inuidioso, auaro, tenace, cattiuo pagatore. È atto à gli studi: Ama la solitudine. Onde prouiene che molto legge, digiuna, & altre astinenze fa conueneuoli à persona diuota, è di colore fusco, pendente nel verde, per il dominio della melancolia.

Qui noterai prima che quanto s'è detto, si dee intendere naturalmente, e communemente fauellando, peroche con la virtù, e diuina  
gra



gratia si possono vincere le naturali inclinazioni. Noterai poi che rari, per mio auiso, sono coloro che habbiano vna di queste antedette complessioni solitaria cioè che non sia mescolata, e non venga à partecipare d'alcuna dell'altre. Noterai terzo che alcuni sono melancolici, non per natura, ò complessione, mà per accidente, e perche essendo amatori della solitudine, e silenzio, e pochissimo praticando con gli huomini, per meglio potere nell'orazioni, e contemplazioni couersare con Dio, e co' Santi, tali da loro si fanno. Ai quali però non conuengono le condizioni dei melancolici di sopra poste, se non in meno ma parte, e senza vizio. Noterai quarto che quando si dice vno essere di complessione sanguigna, ò colerica, non si dee però intendere che di tal maniera si ritroui in lui cotale humore, che ne vengano per ciò tutti gli altri esclusi, mà si bene che quello predomini in lui, e signoreggi à gli altri tre. Noterai quinto che se bene gli huomini di complessione sanguigna sono atti alle lettere, e i colerici apprendono presto le cose: nondimeno i melancolici per esser più fermi, & assidui à gli studi, per lo più diuengono maggiormente dotti. Anzi come disse Aristotile, non si da alcuno grande ingegno senza melancolia.



**C E R I F O L I O.** Tre sono gli effetti del Cerifoglio: Il primo che trito col mele, e posto sopra il canchero lo cura. E il canchero vn'apostema melancolica che corrode le parti del corpo tanto carnose quanto neruose, e chiamasi canchero peroche pare che camini come il granchio. Il secondo effetto si è che beuto col vino toglie il dolore del ventre, generato da grossa ventosità. Il terzo è che seda il vomito, e flusso del ventre, essendo il Cerifoglio caldo nel terzo grado, e secco nel secondo. Onde viene à digerire, e disseccare quella materia fredda, e flemmatica, donde tal volta prouiene il vomito, e flusso: e per questi effetti viene ancora à prouocare l'orina, e i mestruai, e leuare il dolore de i fianchi, delle reni, e della vescica.

**D E N T I.** Galeno, & Auicenna dicono esser nell'huomo dugento quarantotto ossa: Vene trecento sessantacinque: e denti per lo più, trentadue, benche in alcuni non siano più di vèotto. Si distinguono in fra di loro peroche alcuni sono incisui, & alcuni molari. Incisui sono i denti dināzi, molari sono queglii da i lati. Sono i dēti datici dalla natura non solamēte per l'vso dei cibi, mà ancora per cagione di formare le voci perfette, e massimamente quei dinanzi: & altre si per decoro, & ornamento.

Si



Si cōserueranno i denti stabili, e sani, lauando si  
ciascun mese la bocca con vino, in cui sia dicot-  
ta la radice del Titimello, onde parimente ver-  
rà à cagionarsi l'odore, ò vero l'alito buono, e  
soaue. Si deono oltre acciò spesso mondare:  
e nettare: peroche altramente facendo, la im-  
mondezza dei denti fà il fiato cattiuo, manda  
spiriti immondi al ceruello i quali lo perturba-  
no: e mescolate quelle limosità dei denti col  
cibo, son causa della corruzione sua nello sto-  
maco. Il seme de Porri col seme del Iusquia-  
mo, leuano il dolore dei denti.

Si deono insieme questi semi abrusciare, &  
per mezzo d'vno imbutello riceuere, e manda-  
re il loro fumo à quella parte, doue è il dolore  
dei denti, e si leuerà: Imperoche nel fumo  
del seme dei porri, dicono esser virtù d'occide-  
re, e cacciare fuori i vermi, che tal'hora nelle  
concauità dei denti si generano, e son cagione  
di doglia intolerabile. E l'herba Iusquiamo,  
hauendo virtù stupefattiua fà parimente che il  
dolore non si senta; conciosia che per lo stupo-  
re la doglia non si apprenda. Per leuare fi-  
nalmente le reliquie del cibo, acciò non si cor-  
rompano frà i denti si suole vsare il lentischio,  
e per nettargli di fuora è buona la saluia prima  
lauata nel vino, hauendo la saluia virrù di con-  
fortare i nerui, e disseccare l'humidità, causa del  
la loro rilassazione, come altra volta si dirà.

DIE-



D'I E T A. Dittre sorte Dieta pongono i Fifici, grossa, tenue, e tenuissima: quest'ultima è quando quasi niente, ò pochissimo si concede all'infermo. La tenue si diuide in declinante alla grossa, come quando si concede il brodo della carne, l'voua da bere, ò qualche polla d'ello tenero: inchinante alla tenuissima, come quando si cōcede l'acqua d'orzo, vino granato, & altre cose simili, e nella mezzana. Mà lasciando queste diete due, tenue cioè e tenuissima alla consideratione de i medici per i loro infermi, diciamo la dieta grossa, conuēuole à i sani, douersi osseruare, secondo la costumanza che ciascuno si ha presa quando sia buona, e la si troui utile: peroche le complessioni essendo varie, variamente ancora si deono reggere.

Vtile però sia sempre ad ogn'vno inchinare più al poco che al souerchio, e custodire le consuetudini sue antiche, non meno che la natura, non essendo le consuetudine se non quasi vn'altra natura. E quando pure s'haueffe da mutare consuetudine bisogna essere cauto di non la transmutare à vn tratto, mà à poco à poco: peroche le subite mutazioni grandemente nuocono. Lodano assai i Fifici che l'huomo ciascuna settimana si priui d'vno, ò due pasti, per dare campo alla natura di perfettamente digerire se alcuna reliquia indigesta fusse nello stomaco rimasa.

D I-



**D I G I V N O.** Il digiuno, e la fame disseccano il corpo. Imperoche mancando l'humido del cibo, il calore naturale del corpo nostro viene à operare nell'humidità proprie, e le dissecca. La onde dice Ippocrate che à i corpi hauenti le carni humide fà bene il patire alcuna volta la fame. E per l'istessa ragione la state non conuiene molto digiunare, peroche troppo si disseccano per lo digiuno i corpi, essendo la state per se stessa calda, e secca: e risoluendosi altresì molte humidità del corpo per sudori multiplicati nella state. Onde soprauenendo il digiuno molto più si disseccano. Si dee adunque moderatamente usare il digiuno, la state massimamente.

**F I C O.** Frà tutti i frutti, ò vero pomi, il Fico secondo Auicenna, è il più nutritiuo, onde & per la sua dolcezza molto ingrassa. Sono di due sorte, cioè bianchi, e neri, e trà loro poi in molte specij diuisi. E i bianchi sono migliori, e più lenitiui. Si possono mangiare freschi, e secchi. I freschi ben maturi più velocemente nutriscono, e più presto passano dallo stomaco al fegato, e più humettano, e sono più lenitiui. Mà i secchi sono meno enfiatiui, e più allo stomaco conuenevoli. Presi à digiuno sono di marauiglioso aiuto per aprire la via al cibo, onde e chiarificano la voce.



Il sangue nondimeno di loro generato non è buono, e quindi è dicono, che genera pidocchi. Conuengono finalmente, e gli vni, e gli altri in questo che sono enfiatiui, lenitiui, & espulsiui delle superfluità alla cottenna: prouocano il sudore: rimuouono l'asprezza delle fauci, mondano, e leniscono la canna del polmone, e del petto, & aprono l'opilazioni del fegato, reni, e milza, e perche sono generatiui di ventosità eccitano à Venere. Cotti i Fichi nell'acqua son buoni à fare impiastri sopra le scrofole, e altri enfiati, o posteme per maturarle e faria bene mescolare con detta acqua vn poco d'aceto, acciò facesse la virtù dei Fichi meglio penetrare. Cotti medesimamente nell'acqua, senz'aceto però, insieme col papauero, se ne fa impiastro buono per rotture d'ossa.

**F I N O C C H I O.** Assegnano comunemente i Medici quattro vtilità al seme del finocchio mangiato. La prima è che conferisce al scacciare via la febre. La seconda che è buono contra il veleno. La terza che monda, e purga lo stomaco. La quarta che aguzza, e raffina il vedere. La onde narrano che le vipere, e i serpenti quando dopò l'inuernata escono delle loro cauerne fregano, e stropicciano gl'occhi loro sopra del finocchio, acciò la vista loro per essere stata cotanto tempo nelle tenebre



nebre offuscata diuenti chiara, e perspicace.

Aggiunguesi à queste quattro vtilità, che il seme del finocchio è molto atto à scacciare fuori le ventosità che sogliono tal'hora gran tormento al corpo humano arrecare. E la ragione è peroche è calido, e secco, e per consequenza contrario alle ventosità, che sono fredde di loro natura. E si dee auertire che il finocchio tardi si digerisce, & è di poco, e cattiuo nutrimento. Onde non si dee vsare per modo di cibo, mà di medicina solamente, e per correzzione d'alcuni altri cibi. Si come alcuna volta con la lattuga mangiamo il petrosेमolo per contemperare la freddezza, e humidità di essa lattuga: e si come eziandio con le zucche, e con le rape si può cuocere il finocchio per correggere la malizia loro.

**FISTOLA.** La fistola si cura con impiastro fatto d'Orpimento, Zolfo, Calcina, e Sapone, insieme mescolati. E la ragione si è peroche in tutte queste cose si ritroua virtù disseccatiua, e mondatiua, essendo l'orpimento caldo, e secco in quarto grado, onde risolve, consuma, e monda. E il sapone, e zolfo essendo parimente caldi, il zolfo in quarto grado, mà il sapone nò: E la calce lauata, è disseccatiua, e consolida. E si dee notare che la fistola è vna piaga che assiduamente, e secondo  
la



la diuersità dei tempi, più e meno geme, e manda fuori humori. Orpimento è quello ch'vsa no gli scultori per vnire il bronzo, ò altro metallo alle pietre, ò marini.

Et il sapone che cosa sia è notissimo essendo certa grassezza bianca, ò vero negra, con cui le donne mondano, e fanno bianche le velti: grassezza, dico, essere il sapone, non propriamente, quasi ch'egli sia parte d'animale alcuno, mà percioche nella composizione di lui si piglia il fiore, e quasi grassezza di molte cose che à farlo perfetto concorrono.

**E B R I E T A.** Sei mali cagiona l'Ebrietà nel corpo humano, il primo e che corrompe la complessione del fegato, il secondo fa danno al ceruello per le molte fumosità, il terzo che indebolisce i nerui, onde i gran beuitori spesso patono del tremor del capo, ò altri membri, il quarto induce la paralisia, e lo spasmo, il quinto male che fa l'ebrietà si è l'appoplessia ò vero gocciola per le molte humidita del ceruello dal vino moltiplicate, che vengono à opilare la via de gli spiriti animali dal ceruello alle membra, il sesto nocumento, e male si è la morte subbitanea, quādo l'ebriovien soffocato.

**FLEVBOTHOMIA.** Come non si dee cauare sangue à i giouanetti auanti i quattordici



tordici anni, secondo Galeno: così nè anco à i vecchi. Imperoche euacuandosi sempre moltitudine di spiriti con la euacuazione del sangue, troppo debilitarebbono le due predette etadi, puerile, e senile. Si ristorano nondimeno gli spiriti, beuendo subito vn bicchiere di buon vino, di cui niuna cosa più velocemente nutrisce, e ristora le perdute forze.

Moderatamente cauarfi sangue, conforta la vista peroche sminuendo gli humori, viene altresì à sminuire i fumi che ascendeuano al capo & offuscauano il vedere. Chiarifica la mente, e il cèruello: gioua all'vdito, e à tutti i sensi, per la detta ragione. Toglie la maninconia, peroche euacuando il sangue, euacua ancora la feccia di quello, ch'è l'istessa melancolia. Fa la voce migliore, sminuendo le superfluità, e humidità che peruenēdo al petto, ò alla canna del polmone, poteuano impedirla. Accresce finalmente le forze, conciosia che la natura alleggerita per tale euacuazione, diuenga più gagliarda.

Chi si vuol sanguinare per mantenimento della sanità dee ciò fare in alcuno di questi tre mesi, Maggio, cioè Settembre, ò Aprile. Auertendo però che ne i due mesi, Aprile, e Maggio si dee cauare il sangue per la vena del fegato, moltiplicandosi in detto tempo il sangue, di cui il fegato è come sedia. Mà nel

E me-



mese di Settembre si dee sanguinare la vena della milza, per cagione che nello Autunno si moltiplica melancolia. Ne i tempi eccessiuamente caldi, ò freddi, non si dee l'huomo ordinariamente sanguinare. Ben farebbe che l'huomo prima che si sanguinasse prendesse vn'vouo da bere con vn bicchiere di vino puro, e buono peroche cosi facendo la natura meglio poi permetterà ch'esca il sangue, hauendo hauto l'equiualeute, ò poco meno.

Dopò che l'huomo è sanguinato non deue per quattro, ò sei hore dormire per molte ragioni ch'essi fisici assegnano. Nè meno dee subito ire à mangiare, mà aspetti che gli humori commossi siano quietati, vn'hora, ò due. E si astenga dai latticini, e dal souerchio bere, acciò indigesto non fusse attratto dalle vene vote. Guardisi ancora dal freddo, nè esca all'acre nugoloso, mà stiasi quieto, e riposato.

**GRASSEZZA.** Molte cose sono che in grassano il corpo humano, cioè il pane, il latte, il cascio fresco, l'voua da bere, i fichi ben maturi, l'vua, e in generale le cose dolci, e humide. Essendo che la grassezza significa eccesso di frigidità, e humidezza. Delle quali cose impinguatue s'è fauellato in particolare à i luoghi proprij.

I S O.



**I S O P O.** Lo Isopo è vn'herba à cui tre effetti particolari attribuiscono i medici. Il primo che, essendo calda, e secca nel terzo grado, e molto astringua, e consumatiua dell'humidità flegmatica: ella viene à essere purgatiua del petto dalla flegma. Il secondo che molto vale per purgare eziandio il polmone dall'istessa flegma, e massimamente s'ella si cuoce col mele, essendo il mele ancora astringuo.

Il terzo effetto è che genera buon colore nella faccia: e sciogliendo il ventre ne trahe fuori la flegma, e i vermi, & il vino della diccozzione dell'Isopo beuto, monda, e netta, secondo il Plateario, la matrice da i fouerchi humori.

Di questo semplice cantò il santo Profeta Dauitte nel salmo cinquantesimo dicendo,

, , *Se d'Isopo m'aspergi, o pur mi tocchi*  
 , , *Con la tua acqua, più che neue bianco*  
 , , *Sarò, che queta in vn bel colle fiocchi.*

**L A T T E.** Il Latte ageuolmente si corrompe, & in fumo, o vero ventositadi si conuerte, quando ritroua lo stomaco immondo, quale per lo più è quello del febricitante di febre putrida: onde à questi tali non si dee dare. E similmente non conuiene à chi patisse dolore di testa. A i sani però è lodeuole, e d'utile, se nello stomaco sia bene digerito: Imperoche laua l'intestine cō la sua aquosità, e le mon

E 2 da;



da: ripugna à gli humori velenosi: humetta i membri: è di molto nutrimento: genera sangue buono: augumenta la carne: e tutto il corpo lo deuolmente rinfresca, chiarificando altresì, e facendo bella la pelle.

Si dee però auertire di berlo à digiuno, e caldo quando esce dalle mammelle il più che si può. Nè si dee pigliare altro cibo sopra, fino che non è digerito. Et dee l'huomo guardarfi poi che hà beuto il Latte, da souerchia fatica, e mouimento, non però stando omninamēte fermo, mà soauemente caminando fino attanto, che nel fondo dello stomaco sia disceso. A i corpi distemperati non conuiene il Latte. Ne i caldi presto si cangia in fuositadi, e colera: e nei corpi freddi si muta ageuolmente in acetositade, e putredine. Conuerrà dunque à i corpi ben temperati.

Quanto alla elezione, il Latte del Camelo per la sua troppa humidità non è atto à nutrire mà si bene sciogliuio del corpo. Quello della vacca per la sua grossezza, & vntuosità, è opilatiuo delle vene, generatiuo di ventosità, e di più malageuole digestione che si conuenga al regimento della sanità. Il Latte della Capra non troppo distante dal parto, nè anco troppo propinqua, nutrita in buon pascoli, e nel tempo del migliore pascolare, conuiene à i sani, & à gli ethici, per esser temperato, e di mol  
to



to nutrimento. Mà più ancora è vtile à gli hauenti la febre ethica il Latte dell'Asina, peroche declina alla frigidità, & humidità, & è più sottile, e più presto penetra, e più tardi si rapiglia che il latte de gli altri animali bruti. Onde dopo il latte della donna, non si troua il migliore per fradicare la febre ethica di quello dell'Asina.

Dunque il Latte della donna succiato dalle proprie fonti è il migliore, e più conueneuole di tutti gli altri, peroche è più sottile, freddo, & humido, & alla complessione humana più simile, più velocemente penetra, più presto si smaltisce, e più nutrimento arreca. Mà si dee auertire quando si dà il Latte della donna à gli ethici, ch'ella sia più vicina al letto dell'infermo che si può, e subito ch'è premuto nel bicchiere gli si dee dare così caldo, acciò non sia dall'aere corrotto, ò sminuito della sua perfezzione. Sono nondimeno alcuni casi nei quali à gli ethici conuiene più il Latte acetoso, e buttato che quello della donna, ò dell'Asina.

Il primo è quando l'ethica è con soluzione del ventre. Il secondo quando ci è sosperto del rapigliamento del Latte nello stomaco, ò vero dell'ardore grande della febre, ò vero per che lo stomaco di sua natura è coletico, onde, & il Latte in colera ageuolmente verrà à conuertire. Il terzo è quando con l'ethica è con-

E 3 giunta



giunta la febre putrida, e massimamente quando nelle parti interiori non siano molte opilazioni: percioche il Latte acetoso restringe il ventre, nè facilmente si conuertere in colera.

Il quarto è se lo stomaco fusse sordido, peroche all'hora il Latte si corrompe. Il quinto è quando l'ethico abominasse il Latte dolce, e integro, e non l'acetoso, ò butirato.

In somma il Latte delle Camele, che hanno massimamene partorito di fresco, gioua grandemente all'hidropisia, e à coloro che patono di dolore di fegato. Il latte vaccino, e di Pecora sono più nutritiui, peroche sono più grassi, e grossi de gli altri: quello della Capra è assai migliore: poi quello dell'Asina, mà sopra tutti il Latte humano, e donnesco.

**L E T I Z I A.** Deue l'huomo per conseruarsi sano studiarsi di stare allegro più che egli può, percioche la Letizia fa l'età fiorita, e mantiene l'huomo giouane, conforta la virtù naturale, prolunga la vita, aguzza l'ingegno, e lo rende à tutte l'azzioni humane più habile. Mà si auertisca che questo gaudie, & allegrezza deue essere moderata, percioche l'eccessiua letizia induce molte volte sincope, e la morte. Si può acquistare l'allegrezza, & augmentarla col cibarsi lautamente, e bere vini generosi, e sottili: col portare appresso di se soauì odori:

con



con lo allontanarsi da quelle cose che ne potriano arrecare tristezza, e maninconia: con la memoria di cose gioconde, e con habitare, e conuersare con persone à noi care, e dilette, mà sopra tutto con mantenersi in grazia di Dio, e con pura conscienza. I suoni altresì, e canti musicali sono instrumenti di letizia, e gioia, e ricriano assai l'animo, e tengono il cuore allegro.

**LAVANDA DELLE MANI.** Essendo le mani instrumento di cui si serue l'huomo quasi in tutte le sue azzioni, e specialmente in mōdare gli organi, per i quali escono superfluità, come sono l'orecchie, gli occhi, le nari, e la bocca, si deono mātēnere, mōde e pulite, e per consequenza è lodeuole costume lauarsele la mattina quando altri si leua, quando vā à mangiare, e quando deue cose sacre toccare. E meglio farà lauandole in acqua fredda che calda, e massimamente dopò il cibo preso: percioche lauandole all'hora nell'acqua calda, si tira il calore naturale alle parti esterne, onde si fā la digestionē imperfetta, e si cagionano per ciò vermi nel ventre. che poscia ne recano molestia.

Onde dice il testo.

*„ Si fore vis sanus, ablue sæpe manus.*



**L A T T V G A.** La Lattuga, secondo che si caua da maestro Arnaldo nell'opera sua particolare del modo del conseruare la sanita, peroche in questi comentarij non se ne tratta specialmente, e humida, e fredda. Mangiata cruda più altera, e manco nutrisce, & al contrario se si cuoce. Mitiga la sete, e l'ardore della colera, e del sangue: tempera gli humori nella bollizione: moltiplica il latte alle donne: eccita l'appetito del cibo tolto dalla colera: mangiata in vn poco di vino non lascia vbricare: reprimè la libidine: prouoca il sonno, & offusca il vedere. Si può mangiare nel principio della mensa, e nel fine dopo i cibi caldi, & acuti per rimouere la loro malizia.

Galeno già vecchio, narrano che per potere meglio dormire mangiava la lattuga, mà acciò non gli nocesse con la sua frigidità contraria à i vecchi, ci mescolaua alcune cose calde.

**M A L V A.** Tre sono le proprietà della Malua, la prima è che mollica il ventre, onde di lei si fanno i cristieri lenitiui. Il secondo effetto della Malua si è che le radici sue facendosene supposizioni molto vagliono à estrarre le feci indurate. La terza proprietà, & effetto si è che per la molta sua humettazione, e lubrificazione, mangiata prouoca, & aiuta il flusso de mestrui. Di due maniere Malua si ritro  
ua,



ua, vna che fa i fiori rossi, e l'altra bianchi, & in questa è maggiore virtù lenitiua. Le foglie della Malua con le foglie del Salcio trite, sono buone a tutti gl'impiausti: peroche non lasciano infiammare: fermano il sangue, & il succo loro instillato nell'orecchie lenisce, e mitiga il dolore: Dicotto, e beuto toglie la difficoltà dell'vrinare, spezza le pietre, concilia il sonno, e concede ageuolezza nel parto.

Beuto col mele gioua al petto, e polmone: lenisce la voce rauca, sana i fegatosi: e conferiscè a coloro che patono di male caduco.

Chiunque col sugo della malua saluatica, mescolato con olio, fara vnto, non sarà (dicono) punto dall'Api, nè dalle vespe. E chi fusse stato da quelle punto, con l'istesso sugo, o vero foglie peste, e poste sopra la puntura, sarà come dicono sanato.

**M E N T A.** Hauendo la Menta in se vn certo non so che d'amaro, & acerbo non dissimile dall'Assenzio, hà virtù particolare di occidere i vermi generati nell'huomo. E si dee perciò dare la decozzione di lei, e non la sostanza sua. Ma perche è molto calda, e secca, e per conseguenza abrusciante il sangue, non conuiene pigliarla per modo di cibo, mà solamente per via di medicina: conciosia ch'ella conforta lo stomaco, e lo riscalda, seda il  
fin-



singhiozzo, e proibisce il vomito flegmatico, e sanguigno, e per cagione dell'humidità, & enfiagione che è in lei eccita Venere.

Conferisce al morso del cane rabioso : e se sminuzzata si pone nel latte, non lo lascia rapigliare . Secca, e irita presa dopo il cibo, aiuta la decozione di quello . Beuta col vino toglie la difficoltà del parto . In somma ella è vtile allo stomaco, e ne i condimenti delle viuande la menta hà grazia particolare , essendo calida nel terzo grado, e secca nel secondo.

**M O S T O.** Tre dicono esser le proprietà del mosto . La prima che prouoca l'vrina, per cagione delle parti terrestri mordenti che sono in lui . La seconda che scioglie il ventre È la terza ch'è infiatiuo per il bollimento che fa nel ventre, onde nascono ventositadi . E se pure alcuna volta si dice che impedisce l'vrina, si dee ciò intendere del mosto , che per le feci seco mescolate, viene à essere opilatuo.

**N A S T V R G I O.** Tre effetti attribuiscono all'herba detta Nasturgio , ò vero Crescione . Il primo che beuendosi il sugo suo , ò vero vngendosi con esso la cottenna del capo , si proibisce che i capelli non caschino . Il secondo che sana il dolore dei denti, massimamente quando prouiene da causa fredda : conciosia  
che



che il Nasturgio sia incisiuo, risolutiuo, e calefattiuo nel terzo grado, quando è secco, e nel secondo quando è verde, & ancora in herba. Il terzo effetto si è che il sugo suo hà particolare virtù di curare le squamme accostantesi alla pelle, quando preso col mele s'vnge con esso il luogo doue è cotale infezzione generata di flegma falsa.

Purga per tanto il Nasturgio ogni flegma, e preso per bocca proibisce la causa delle squame, e di fuori stropicciato, e vnto, toglie le già nate, e massimamente quando vien mescolato col mele, che augmenta la virtù sua astringua. Oltre acciò il Nasturgio dissecca la putredine della vacuità del ventre, monda il polmone, conferisce all'asima per la sua incisione & assottigliatione. Riscalda lo stomaco, e il fegato, e gioua alla grossezza della milza, quando insieme col mele se ne fa impiastro: tà vomitare la colera; scioglie il ventre; educa i vermi, augmenta Venere, e prouoca i mestruui. Resiste à i veleni dei serpenti, e col fumo suo si scacciano. E come vogliono alcuni, sueglia, & augmenta la virtù dell'animo, onde coloro che lo frequentano, d'ingegno, e mente più pronti diuengono. Estenua il Nasturgio, incide, e risolve gli humori grossi, e cattarrofi: purga i nerui dalla flegma, e toglie la cagione della paralisia. Onde consigliano à vsarlo la quaresima



resima per causa dei cibi flegmatici che in detto tempo si mangiano. Il saluatico nasce ne i riui delle fonti con le foglie da prima tonde, mà poi diuise simigliantemente alla ruchetta: E nell'odore, e sapore al Nasturgio che, si semina & è diuastico., s'affomiglia.

**N E S P O L A.** Due sono l'vtilità della Nespola, la prima che moltiplica, e augmenta l'vrina, e la causa è che indurando le feci, ne caua l'aquosità. la seconda che ristringono il ventre per la loro acerbità, e stipicità, e questo s'intende quando non son mature, onde si deono dare à chi patisse di flusso. Mà le molli, e mature sono migliori perche meglio nutriscono, e non ristringono tanto.

E si noti che non deono le Nespole prender si per modo di cibo per l'austerità del loro sapore, e durezza della sostanza: mà solamente per via di medicina. E si sogliono, acciò meno siano nocciue, colte che sono dall'albero riporre in qualche stanza, fino attanto che diuen- gano più molli, perdendo della loro acerbità, e stipicità, ò vero virtù ristringitiua.

**N O C E.** Le Noci moscade sono vtili alla natura humana, generano buono odore, confortano il vedere, il fegato, la milza, e lo stomaco, tolgono le lentigini della faccia, prouocano



no l'vrina, e fermano il flusso del corpo. Le Noci auellane sono enfiatue, e generatiue di ventositadi, eccitano il vomito, e sono di tarda digestione. Le noci comuni sono esse ancora di malageuole digestione, e cattive per lo stomaco. E le secche sono peggiori delle fresche, peroche sono più vntuose, onde si conuertono in colera, inducono dolor di testa, turbano gli occhi, generano vertigini, prouocano il vomito, generano vesciche in bocca, & inducono la paralisia, ò vero balbuzie della lingua. Onde coloro che hanno lo stomaco colerico si deono guardare dalle noci secche: le quali quanto sono più antiche, tanto sono peggiori. Le fresche sono meno cattive perche non sono tanto vntuose, onde non generano dolore di capo, nè vertigini, come le secche: e per conto della loro humidità sciolgono il ventre, e se alquanto s'arrostitiscono, e mangiano dopo il cibo, lo vengono à comprimere, & aiutano la digestione. Le Noci con la Ruta, e Fichi prese, sono rimedio al veleno.

Mangiate in abondanza scacciano i lombrici, ò vero bachi larghi. Con la cipolla, sale, e mele, giouano al morso dell'huomo, e del cane, sauellando delle secche: delle quali eziandì si caua l'olio. Dopo i pesci, in vece di cacio si deono mangiare le noci: peroche con la loro siccità impediscono la generazione della  
fleg-



flegma, che dalla comestione de i pesci si suole cagionare; e quindi è che la Quaresima molto si frequentano.

Per le tre noci, nella regola quarantesima de versi, intende l'autore la noce moscada, la noce auellana, e la noce della balestra.

**O C C H I.** Molte sono le cose che nuocono à gli occhi. La prima delle quali è la stufa, ò vero bagno, offendendo il caldo la loro complessione che naturalmente è fredda della natura dell'acqua: e disseccando, e risoluendo l'humidità sottili de gli occhi, per le quali gli spiriti visui, che sono quasi di fuoco, vengono à rifocillarsi, e temperarsi. E per questa cagione molti ciechi si ritrouano intorno al fiume Rhe-no, doue communemente si frequentano i bagni, e le stufe. Si come eziandio nelle parti d'Ollandia si ritrouano assai lebbrosi, e più che in altre regioni per lo indebito reggimento di sanità che vsano.

La seconda cosa che nuoce à gli occhi si è il vino immoderatamente beuto, riempiendo il capo di fumi, e vapori, e per ciò debilitando la virtù visua. La terza si è la lussuria, laquale dissecca le parti superiori, sottraendone l'humido aquoso sottile, in cui si sostenta la natura, e complessione de' gli occhi. La quarta è il vento, e massimamente meridionale inducendo caligine



ligine, & oscurità ne gli occhi, e riempiendo il capo d'humidità offuscanti i sensi, e gli spiriti.

La quinta si è il pepe per la sua acutezza generando fumi noceuoli à gli occhi. La sesta sono gli Agli, che nucono per la loro acutezza, e vaporosità. La settima è il fumo per la sua disseccazione, & mordacità. L'Ottava cosa noceuole à gli occhi sono i porri, da cui si generano fumi grossi melancolici, aombranti il vedere. La nona sono le cipolle per la loro acutezza. La decima sono le lenti per la loro grande disseccazione. L'vndecima è il pianto souerchio, che viene à debilitare la virtù visua. La duodecima sono le faue che generano, come i porri, fumi grossi melancolici ottenebranti gli spiriti visui: le quali faue altre si mangiate inducono sogni terribili.

La tredicesima si è la senapa, che per la sua acutezza indebolisce la vista. La quartadecima si è l'aspetto del sole, perche l'eccellente sensibile corrompe il senso. La quintadecima è il fuoco il cui aspetto cagiona siccità ne gli occhi, e così offende il vedere, & eziandio per la sua chiarezza. Onde veggiamo che i fabbri, e i fornacciarj, & altri che continuoamente stanno intorno al fuoco, hanno debole vista.

La sedicesima è la souerchia fatica, che troppo dissecca. La diciassettesima si è la poluere, o vero il caminare per luoghi poluerosi.

La



La decima ottaua sono le percolse della testa, che fanno concorrere sangue, & humori all'organo visiuo. La decima nona è il souerchio vso di cibi acuti, come salsamenti, che generano fumi acuti noceuoli. La Vigesima, e d'vltima cosa che nuoce à gl'occhi sono le souerchie vigilie, le quali inducono troppa siccità ne gli occhi. Et in generale ogni replezione, & ebrietà offende la vista. Si come per opposto il vomito le conferisce assai purgando lo stomaco dai cattiuu humori: benché da altra banda le nuoce commouendo le materie del ceruello verso la parte visiuu. Se dunque sia necessario il vomito, dopo il cibo sarà conueneuole. Il soperchio sonno altresì nuoce al vedere: & il dormire subito dopo il mangiare. Il frequente sanguinarsi ancora sminuisce la virtu visiuu.

Molte cose sono per opposto che giouano alla vista come l'acqua del finocchio, o vero sugo suo che l'acuisse. L'acqua rosa che confortando gli spiriti animali, conforta eziandio il vedere: l'erba celidonia hauente sugo cedrino, così detta quasi che celesti doni n'apporri: e la ruta stillata.

Conferisce ancora assai al mantenimento della vista lauarsi gli occhi la mattina, quando altri s'è leuato, con l'acqua fresca: conciosia che essendo gli occhi di natura fredda, amano confer-



seruarfi con cose à se somiglianti, e per ciò meglio si mondano, e purgano nell'acqua fredda, che nella calda.

**O V A** Frà i cibi che in poca quantità nutriscono assai, annouera Auicenna L'voua fresche. Le quali sono in molte differenze, mà quelle delle galline, perdici, e fagiane giouani, e grasse auanzano tutte l'altre in bontà, e sono accomodatissime à mantenere la sanità. Mà quelle dell'Anitre, Oche, Pauoni, e altri somiglianti animali, sono men buone assai. Nella figura ancora si può discernere, e conoscere la bontà loro. Imperoche l'Vuoua piccoline longhette, e candide sono migliori di tutte, & il sugo loro più sostanzieuole, onde si legge questo distico.

,, *Regula Præbyteri iubet hoc pro lege teneri,*

,, *Quod bona sint Oua, candida, longa, noua.*

Et Horazio Poeta nel secondo libro dei sermoni, Satira quarta stima che l'voua longhe siano di più grato sapore dicendo.

,, *Longa quibus facies ouis erit, illa memento,*

,, *Et succi melioris, & vt magis alba rotundis,*

,, *Ponere.*

E ben dice che l'voua candide sono migliori: Onde si vede che quelle dell'Anitre, e dell'Oche sono più tosto pallide che bianche, e perciò men buone, e poco in vso.

F Eben-



E benchè l'Voua per loro stesse siano saluteuoli, nondimeno per la diuersità della cocitura non poco vengono à variare nella bontà, e tal hora diuengono di saluteuoli insalubri, e poco sane. Di tre maniere adunque ne pongono nel primo luogo, cioè tremule, da bere, e sode. Le prime sono di tutte prestantissime, di assai nutrimento, & ottimo sugo, facilmente si digeriscono, e distribuiscono alle parti corporee, e generano sangue al cuore molto conueniente. La onde si deono dare à i conualescenti, che sono ancora deboli per l'infermità, e à i vecchi, e massimamente il torlo, ò vero rosso. Generano sangue sottile, e chiaro, e dopo la transmutazione poco di superfluità lasciano.

Tremule adimandano quelle Voua, che per la decozzione sono alquanto inspessate, e raprese, cioè mezzane frà le dure, e da bere. L'Voua da bere son meno delle tremule nutritiue, mà più facilmente si digeriscono: leniscono l'asprezza delle fauci cagionata dal souerchio gridare, ò vero dall'acrimonia de gli humori: giouano al polmone, al petto, e rendono il ventre lubrico. L'Voua dure, ò vero sode sono difficili à digerirsi, tardi discendono dallo stomaco, e tardi penetrano: e grosso nutrimento al corpo donano. Si dee oltre acciò notare che secondo che variamente sono preparate acquistano l'Voua bontà, ò malizia.

Im-



Imperochè, ò si arostiscono, ò si cuocono lesse. In due modi si possono arostire, ò rotte nella padella, ò tegame, ò vero col guscio nelle ceneri calde. Se rotte, ò si arostiscono nell'olio, ò nel butiro, ò vero strutto: Se col guscio, ò si cuoprono tutte sotto la cenere calda, ò vero sopra la brascie stanno discoperte per la maggior parte.

Se si fanno lesse, in due modi può accadere, ò col guscio, come l'Voua da bere: ò senza guscio come l'Voua affogate. Stanti queste distinzioni si dice, che l'Voua arostite sono più grosse delle lesse, più dure à digerire, generano cattui humori, inducono fumosità, e corrosione nello stomaco, e fanno fastidio, e nausea. Tra queste peggiori sono le fritte nell'olio, manco cattive le fritte in butiro, ò strutto. E delle arostite col guscio meno sane sono quelle, che tutte si coprono sotto le ceneri, perochè circondate da ogni banda dal fuoco, non possono mandar fuori le loro fumosità, come quelle che sono i tre quarti scoperte.

L'voua poscia lessate sono del l'arostite migliori, perochè il fuoco non dissecca la loro sostanziale humidità, come in quelle, conciosia che l'acqua resista al calore del fuoco. Vero è che tra le lessate peggiori sono quelle che col guscio si lessano, non potendo per ciò le loro fumosità essalare: e migliori sono assoluta-

F 2 mente



mête quelle che nell'acqua senza guscio vengo  
no preparate, perche il calore dell'acqua tēpe-  
rata penetra, & assottigla la grossezza loro, e  
gli toglie la insoauità dell'odore. Onde queste,  
cioè l'Voua affogate, cioè cotte nell'acqua me-  
diocramente calda senza guscio, sono le più lo-  
deuoli, e le più sane che si mangino. Le cot-  
te poscia nel brodo sono di mezzana bontà fra  
l'arostite, e lesse.

E si noti che si come l'Voua fresche sono ot-  
time, così le stantie, & inuecciate sono pessi-  
me. Ancora questo notando faremo fine, cioè  
che il torlo, ò vero rosso dell'Vouo è di tempe-  
rata calidità. Mà l'albumè è freddo, viscoso,  
di dura digestione: & il sangue che genera non  
è buono. Insegnano ancora à conseruare l'vo-  
ua, la Inuernata nella paglia, e la State nella se-  
mola, ò vero crusca. L'Voua finalmente pie-  
ne dalle sceme conoscerai mettendole (dicono)  
nell'acqua. Imperoche il diffettuosò, e sce-  
mo noterà 'stando à galla sopra l'acqua; & il  
pieno si sommergerà, & andrà sotto, e al fondo.

**P A N E.** Circa l'elezione del Pane due  
cose si deono, potendosi, schiffare, l'vna di non  
lo mangiare caldo, cioè di poco estratto del for-  
no: e l'altra di vedere che non sia troppo duro  
e muffato: percioche il pan caldo è nociuo alla  
compleffione humana, genera sete per la sua ca-  
lidità



lidità, e per l'humidezza sua vaporosa, nuota nello stomaco; onde è di veloce digestion, e tardà discensione: e per conseguenza non molto conuiene nel reggimento della sanità cibarsene. Vero è che l'odore del pan caldo è molto lodato, conciosia che conferisce à i sincopizanti, e dicono essere possibile che alcuni di quello viuano: come di Democrito narra Diogene, Laerzio, che tre dì fù mantenuto viuo dall'odore del pan caldo nella solennità di Cerere. Si dee anco schiffare il pan tosto, ò vero duro, percioche troppo dissecca il corpo, e genera humori melancolici. Il pane adunque d'un dì sarà conueneuole, ilquale non è nè caldo, nè duro: La onde si suole per proverbio dire,

*,, Pane d'un giorno, e vino d'un'anno.*

Cinque condizioni appresso si pongono dai Fisiologi quali deue hauere il pane eletto. La prima che sia ben fermentato, imperoche doue e poco fermento, se bene nutrisce assai, è però opilatiuo, e genera pietre nelle reni. A coloro nondimeno che sono di molto esercizio meno nuoce. La seconda condizione del pane si è che egli sia oculato, cioè raro, poroso, e di poco peso, lo che darà segno che ogni viscosità da quello è leuata. Nutrisce però poco secondo Auicenna, cotal pane, e riempie il ventre di escrementi.

F 3 La



La terza condizione si è ch'egli sia sufficientemente cotto, essendo che il mal cotto è di cattiva digestione, onde graua lo stomaco, & arreca pericolo d'ostruzioni, ò vero opilazioni.

E di questa maniera è ancora il pane cotto nella padella, percioche le parti interne mai si cucono bene, massimamente se sia grosso. La quarta condizione si è ch'egli deue essere temperatamente salato, conciosia che il troppo dolce è opilatiuo, & il souerchiamente salato è troppo disseccatiuo. Non s'vsa però in ogni luogo d'insalarlo, mà basta che siano gli altri cibi che col pane si mangiano insalati essi temperatamente. La quinta condizione si è ch'egli sia fatto d'ottimo grano, e di sana mietitura raccolto, cioè non viziata dalla moltitudine delle piogge, ò altri sinistri temporali.

Sottogiungono finalmente questo documento intorno all'elezione del pane, e ne auisano come la crosta, ò vero corteccia di quello, essendo essa adusta, e secca, adusto parimente humore colerico genera, e secco cioè melancolico. La onde ben fanno i nobili, per natura inchinati alla colera, à far leuare dal pane l'vna, e l'altra corteccia, con leggieri, e frequenti colpi di coltello percotendola. Nondimeno à gli hauenti lo stomaco humido, ò volenti smagrar, le croste del pane sono molto conueneuoli. Mà assolutamente fauellando si dee eleggere  
la



la midolla del pane, per cio che migliore, più fermo, e più veloce alimento ne dona. Non è altresì da passare con silenzio che maggiore parte di pane si dee pigliare in comparazione à i pesci, all'herbe, & à i pomi più humidi, che in comparazione alla carne, e all'Vcua: e maggiore ancora per rispetto alla carne, che all'voua: e più copiosa finalmente con l'Voua molli, che con le dure.

Si dee ancora notare che il pane quanto è più bianco, e meglio purgato dalla semola, ò vero crusca, tanto maggiore, e più puro nutrimento nè areca. Ma quello che poco è purgato dalla semola, onde più negro apparisce, è meno nutritiuo, mà più ageuolmente si smaltisce, e manda fuori per secceffo. Dirò ancora questo del pane, che quella proposizione volgata, ogni replezione è cattiuu, mà quella del pane è pessima.

, , *Omnis repletio mala, panis autem pessima.*

E cauata d'Auicenna 3. 1. doct. 2. capite. 7. E la ragione è questa che il pane se non si smaltisce, lo che auuiene quando l'huomo se n'empie souerchiamente, egli risiede nello stomaco con peso molesto, e quindi poscia sdruciolando nuoce al fegato, e alle vene. Mà la carne hauendo maggiore similitudine con la complessione humana, meno impedimento le areca con la sua replezione, riceuendo le mem-



bra più soauemente il sugo, e la sostanza della carne, come più conforme, di quella del pane.

**P E R S I C A.** Le Persiche, così dette peroche di Persia (come dicono) furono quà in Italia portate, sono frigide nel primo grado, & humide nel secondo. Mangiate nel principio della mensa, auanti à gli altri cibi, sono buone allo stomaco, prouocano l'appetito, e sciogliono il ventre. E questo si dee intendere, se siano mature: peroche quando fussero acerbe ristringerebbono, e molto più quando si mangiassero secche. Mà prese nel fine della mensa, e dopo mangiare, si corrompono facilmente, e insieme ancora gli altri cibi, sopranotando loro, corrompono, e guastano, e per conseguenza nuocono alla sanità.

Si deono oltre accio mangiare le Persiche col mosto, ò a'tro vino potente, acciò con la caldezza sua venga à temperare la molta frigidità loro. Et alcuni sono che prima che le mangino le mondano, e lasciano stare per buona pezza nel vino puro. La decozzione fatta di Persiche secche ferma il flusso del ventre & il vomito dello stomaco. Generano le Persiche la flegma, sono di malageuole digestion, prestissimo nel ventricolo dello stomaco, si corrompono, onde coloro che à sazieta le frequentano incorrono nelle febri, e offendono i nerui  
per



per certa loro proprietà. Il sugo delle foglie del Persico preso occide i vermi del ventre: e l'istesso effetto cagiona, se con le foglie all'umbilico si pone. Si dee auertire di non bere in modo alcuno acqua sopra le Persiche. Nè meno si deono dare à gli infermi.

**P E R A.** Perche le Pere sono genetatiue di ventosità, inducono dolori colici, e riempiono il sangue d'acquosità, si dee bere sopra di loro vin buono, e potente, espulsiuo delle ventosità, e dell'acquosità consumatiuo. Anzi non si doueriano molto vsare se non cotte: per cioche crude sono come veleno, mangiate in quantità, conciosia che fanno ribollizione d'humori, flegma, e scabbia. Mà se si cuocono con finocchio, anici, e zucchero, e si mangiano nel fine della mensa dopò gli altri cibi, rileuano lo stomaco grauato, & aiutano la digestione. Più lodeuoli sono l'odorifere, e dolci. E trà queste le cotte sono sempre delle crude migliori.

Fra tutti gli altri pomi hanno speciale virtù le Pere d'ingrassare. Onde quegli animali, delle cui carni non mangiano i Giudei, più s'ingrassano cibandosi d'esse, che di qual si voglia altra cosa. Le moscadelle per tanto potrai così crude mangiare, moderatamente però. Le cottogne solamente cotte con sapa, e zucchero  
come



come di sopra s'è detto. L'altre se crude in pochissima quantità, beuendoci sopra il vino, mà meglio sarà vfarle cotte, e nel fine sempre della mensa, dopò gli altri cibi.

**P E S C E.** I Pesci sono di minore nutrimento, e di più facile digestione che la carne, sono di natura freddi, e humidi. Quei di mare sono migliori nel reggimento della sanità di quelli dell'acque dolci, essendo che il nutrimento loro è manco superfluo, e più propinquo alla natura del e carni. Sono nondimeno i pesci del mare di più dura carne, onde meno digestibili. È per ciò à i malati conferiscono più i pesci dell'acque dolci per la debolezza della virtù digestiua ch'è in loro. Dei pesci, tanto di mare, quanto di fiume, ò laghi si deono eleggere quelli, la cui carne è bianca, non viscosa, frangibile, sottile, di soaue odore, di buon colore, non di veloce putrefazione, mà di dureuole complessione, e l'habitazioni dei quali non è in laghi, stagni, ò luoghi sordidi, come sono pantani, & acque hauenti herbe cattive. E si deono eleggere nè troppo giouani, nè troppo vecchi, mà che siano di veloce moto, di poca viscosità, e d'erà mediocre.

E se sono pesci marini, tanto saranno migliori presi nei fiumi, quanto più saranno lungi dal mare partiti. E quelli che sono più squamosi  
so.



sono eziandio migliori. E così quelli che hanno più spine, conciosia che le spine, e le squame conseruano la purità della sostanza del pesce. E quelli sono eziandio migliori, e più puri, che sono nutriti, e presi nel più profondo mare, e più agitato dalle procelle, & à cui è il corso di più fiumi. La onde i pesci presi nel mare settentrionale ch'è più procelloso, e di più veloce flusso, e riflusso, sono migliori de i pesci che nel mar morto, ò meridionale, si prendono. Il medesimo si dice dei pesci dell'acque dolci, che quanto saranno più veloci, e profonde l'acque, tanto i pesci in quelle nutriti, e presi saranno migliori.

Et essendo l'altre cose vguali, migliori sono i pesci dell'acque, e fiumi petrosi, e correnti, verso settentrione, & à i quali non concorrono l'immondezze delle città, che dei fiumi hauer ti l'opposte condizioni. E si dee guardare chiunque desidera conseruare la sanità, di non mangiare nell'istesso pranzo, ò cena, pesci, e carni: nè pesci, e latticinij: e per conseguenza ne pesci, e voua. Nè meno pesci dopò altri cibi. De i pesci di dura carne si deono eleggere i più giouani: e di quelli che sono molli di carne, i più vecchi, e inaggiori, fino à certo termine. Imperoche con la diuersità dell'età si viene à temperare, ò la durezza che resiste alla digestion, ò la mollezza che ageuol-

men-



mente si corrompe. In somma pongano, & anouerano dieci sorte di pesci eligibili per nutrimento della natura humana.

Il primo dei quali è il Luccio, pesce notissimo di dura carne, e veloce natato, mà d'ottimo fugo, e nutrimento: il quale non solamente fa preda dei pesci d'altre specii, mà anco è diuoratore de gli istessi Lucci minori, meno potenti, perciò dal volgo tiranno è adimandato de gli altri pesci, onde il verso dice.

„ *Luccius est piscis, rex atq; tyrannus aquarum.*  
Il secondo è la Parca pesce delicatissimo così detto peroche à niuno perdona, anzi adirato ferisce tutti i meno potenti con le squamme, di cui porta armato il dorso, nè il Luccio hà ardimiento d'affrontarlo: anzi come narra Alberto nel libro delle nature de gli animali, trà il Luccio, e la Parca è naturale amicizia, onde quando è ferito da altri pesci il Luccio cerca la Parca, & ella toccandogli la ferita, e leccandola lo sana. E la Parca di dura carne, di facile però digestion, & al gusto di sapor grato; salutare à i corpi humani generando sangue mezzano, cioè nè molto tenue, nè aquoso, nè anco souerchiamente grosso, onde sempre è stata in prezzo, e di lei cantò Ausonio poeta.

„ *Nec te delitias mensarum, Parca, silebo.*  
Il terzo è la Solea, saxatile detto dall'autore, della Scuola, il quale Saxat. è di soaue sa-



re di carne durezza, e salda, di copia d'alimento, e di sugo buono, e frà i pesci marini molto sana.

Il quarto pesce è detto Albica, peroche hà la carne molle, humida, e candida. Et è del numero di quei pesci che s'insalano, ò si seccano al fumo, ò all'aere.

Il quinto è la Tinca, di pelle sdruciolante, viscosa, e pendente nel negro, e di carne dura. Onde da questi tre pesci, cioè Luccio, Parca, e Tinca, si suole cotti che sono toglier via la pelle. Ausonio poeta la chiama solazzo del volgo, percioche solamente nel tempo suo si apponeua alle mense dei poveri, essendo pesce loro, e di molto escremento.

Il sesto è detto Corno, ò vero Sorno pesce marino bianco, che non eccede in longhezza il dito mezzano delle mani, e si mangia insieme col capo, e con le spine.

Il settimo chiamano Plagizia simile in figura al Rhombo, à cui biancheggia il corpo, & il dorso, è di colore terreno, e da i latini perciò ancora è detto Passere.

L'ottauo pesce eligibile è la Carpa, ò vero Carpione, che si genera nei fiumi, squammoso, e viscoso assai. Onde si suole da i grandi huomini fare cuocere nel vino, e così gli tolgono la tanta sua viscosità.

Il nono è il Galbione, pesce marino da i latini



ini detto Raia, di sottil corpo, & ampie ali, con la coda spinosa, di dura carne, e à digerirsi difficile, mà imperò è di fermo, e sano alimento.

Il decimo è la Trota di tutti i pesci dell'acque dolci, per commune consenso di tutte le genti, nobilissimo. Hà la pelle varia, e di alcune macchie, ò quasi gocciole il dorso vagamente dipinto. La carne interna è rossa, di soauissimo sapore, è gusto, & al corpo humano di saluteuole cibo. Se ne fanno pasticci con specie aromatiche, & è in somma vn pesce molto prezioso, e di gran stima appresso i principi, e signori. Et è da notare la marauigliosa proprietà di questo pesce che nell'acqua si lascia toccare, lasciare, e quasi solleticare da i pescatori, riuoltandosi in giro, tanto che eglino afferrandolo nell'apertura dell'orecchie lo prendono, e buttano alla riva.

Coi pesci tanto più caldi, & acuti condimenti, cioè salsa, ò saure, ò intingolo, si deono usare, quanto saranno di più grossa, & escrementosa carne, e di più humida natura. Dopo i pesci si dee auertire di mangiare in vece di cacio le noci, peroche con la calidità, e siccità loro verranno à consumare la flegma dalla commestione dei pesci nello stomaco cagionata. E perche alcuna volta ancora i pesci potrebbero apportare seco alcuna sorta di veleno, e le noci sono buono antidoto contro di loro, però



rò ben dice il verso della Scuola nostra Salernitana.

, , *Post pisces nux sit, post carnes caseus adsit.*

**P I S E L L I.** I Piselli sono lodeuoli quando si mangiano scortecciati: biasimeuoli quando con la pelle, e corteccia l'huomo se ne ciba. Conciosia che la midolla sia lassatiua, e la scorza restringitiua, onde mangiandosi interi si cagiona nello stomaco, è ventre, contrasto trà loro, e ne viene tormento, & inflazioni. E questa verità hà luogo nō solamēte ne i Piselli mà eziandio in tutti i legumi, e ciuaie, come sono fagioli, e lenti, e specialmente le faue, e i ceci negri, che hanno più dura corteccia. Si dee anco notare che i legumi freschi hanno manco scorza, & in loro è meno diuersità frà la corteccia, e il midollo, onde più facilmente si digeriscono. Mà hanno però più superfluità, e sono di più ageuole corruzione, onde meno conuengono à i corpi sani.

Sono adunque più sani i legumi freschi de i secchi non scortecciati: mà meno sani de i secchi della pelle loro dinudati. Si dee oltre acciò notare che essendo la sostanza di tutti i legumi enfiatiua, e di difficile digestione, e cattiuo nutrimento, non conuengono molto nel reggimento della sanità. Mà il brodo, e decozione loro, essendo lassatiua del ventre, dell'vri-

na



na prouocatiua, e disopilatiua delle vene, assai conuiene alla complessione humana; nei tempi massimamente che vsa cibi grossi, & opilati ui, come nel tempo di digiuni: percioche in detto brodo non è enfiazione, nè difficoltà di digestione, nè malizia di nutrimento.

Acciò che i legumi siano più accommodati al cibo humano, e meglio nutriscano, perdendo il loro grosso, e cattiuo succo, si deono in questa maniera preparare, e cuocere. Infondansi la sera auanti in acqua feruente, e prima con le mani vn buon pochetto si stropicchino acciò dalla scorza si vengano à mondare: dipoi si lascino tutta la notte in quella istessa acqua, à temperarsi con la macerazione: e la mattina seguente con due, ò tre ebollizioni fino al consumamento della terza, ò vero quarta parte dell'acqua perfettamente si cuoceranno. E se l'acqua sarà pluuiale, cioè di cisterna, più presto si cuoceranno, e saranno altresì più molli. Fatta finalmente la dicozzione si coli, e si serbi & auicinandosi l'hora del desinare si apparecchi con cinamomo, e croco, e con vn poco di vino, e facendola vn pochetto bollire si schiumi, e poi si mangi così preparata. E si dee notare che il brodo dei ceci, e piselli bianchi, come eziandio la lor sostanza, è molto migliore, e più accommodato alla complessione humana di quello de i rossi, ò altri colori.

PO MI



**P O M I.** Generalmente fauellando, tutti i pomi freschi, non cotti, riempiono il sangue d'acquosità, laquale poscia bollendo nel corpo apparecchia il sangue alla putrefazione. Le mele in particolare se sono frèquentate, e massimamente acerbe, cagionano dolori di nerui, e generano pietre. Mature nondimeno, e con moderanza gustate sono vtili al mancamento dell'animo, e debolezza del cuore, e specialmente le dolci, essendo di mediocre, temperamento, e inchinando alla calidità. I febricitanti nondimeno, e gli infermi se ne deuono astenere.

**P E P E.** Di tre maniere di Pepe pongono gli scrittori, longo, negro, e bianco: benchè alcuni pare che vogliano che il longo, e il bianco siano l'istesso. Tre adunque sono le proprietà del Pepe negro, per incōminciare da lui, la prima che per esser caldo, e secco nel quarto grado, dissipa, e scaccia gli humori grossi, freddi, e ventosi: La seconda che purga la flegma che nel polmone, nel petto, e ne gli intestini giace assottigliandola, e cocendola: La terza che aiuta la digestion, genera appetiro di cibo e concilia il sonno: E questo effetto meglio ancora vogliano che cagioni il Pepe longo.

Cinque poi sono l'vtilità che ne arca il Pepe bianco: La prima che conforta lo stomaco:

G La



la seconda che guarisce la tosse, cagionata massimamente di materia fredda flegmatica, riscaldandola disciogliendola, e tagliandola. La terza che conferisce à i dolori dello stomaco, e ventosità del ventre massimamente preso con mele, e foglie di lauro verdi.

La quarta vtilità del Pepe bianco si è che preso auanti che deuanò venire le febri, diuertisce la loro venuta, ò almeno le fa mào acerbe quãdo massimamente sono fredde, scaldando dissipando, e scacciando la loro materia. La quinta si è che egli gioua al rigore della febre, con la sua calidità confortando i nerui: e consumando la materia sopra di loro sparsa. E queste cinque vtilità, e giouamenti possono eziandio conuenire all'altre sorte di Pepe.

Oltre à queste vtilità, riscalda il Pepe i nerui monda il polmone, preso in poca quantità prouoca l'vrina: In maggiore quantità scioglie il ventre. Bianco si adimanda quello che è verde: longo quello che è mezzo secco: e negro quello che è perfettamente maturo.

**P O R R O.** Due sono l'vtilità del Porro la prima che assai conferisce alla fecondità delle donne, & aiuta che non facciano aborto. Quanto alla fecondità gioua per modo di cibo aprendo i meati, & anco per modo d'empiastro cocendo il capo del porro nell'aceto, & acqua



qua marina. Prohibisce poscia l'aborto ponendosi le foglie del porro sopra i luoghi, che per troppo humore essendo fluidi, non possono ritenere il feto concetto, & il sugo altresì del porro con latte donnesco ferma il flusso dall'aborto cagionato. La seconda vtilità del porro si è che stagna il sangue del naso, prendendo il sugo suo con aceto, & incenso, ò vero manna, ò galla, ò menta: e la causa di questo è perche il porro ha certa virtù di stringere

**P V L E G G I O.** Due sono gli effetti principali del Puleggio, il primo è che il sugo suo beuto col vino purga la colera negra: Il secōdo che sana la podagra antica, i grossi, e viscosi humori, onde ella si cagiona, riscaldando, cocendo, e dissoluendo, conciosia che egli sia caldo, e secco nel terzo grado, & habbia la sostanza sua molto sottile. Hà altresì il Puleggio virtù confortatiua per la sua aromaticità, apritiua per la sua sostanza, e qualità, attrattiva per la natura sua quasi ignea: e consumatiua per il suo calore, e siccità.

Beuto manda fuori i mestruai, le seconde, e i parti. Mescolato con mele, & aloe sana i vicij del polmone: leua i dolori del capo, e con l'odore suo acuto lo difende dall'ingiurie del freddo, caldo, e sete. Beuto nel vino è utilissimo contra i morsi dei serpenti. Posto alle

G 2 nari



nari con aceto ricria i mancanti d'animo. Secco, & abrusciato, e trito in poluere conferma, e consolida le gengiue, e molte altre virtù gli sono attribuite da Dioscoride, Plinio, e Galeno

**R A P A.** Tre sono l'vtilità della Rapa massimamente cotta cō buone carni: La prima che aiuta lo stomaco, essendo di facile digestione, e non lo grauando: La seconda che è prouocatiua del vento: La terza ch'ecita l'vrina, & ha oltre acciò virtù di confortare la vista. Dall'altra banda ella nuoce à i denti, e frequentata cagiona dolori di corpo per le ventosità che ella moltiplica, onde il verso.

*„ Ventum sepe rapis, si tu vis viuere Rapis.*

Genera altresì humori grossi, e malencolici, & ostruzioni di fegato. Ricercano lunga decozzione le rape, e quelle sono migliori, le quali buttata via la prima acqua, si cuocono due volte. Frà tutte le radici che si cauano della terra, la rapa è la più conuenevole alla nutrizione humana: Lo che si dimostra dall'amicheuole sapore che hà dolce. Onde è regola generale appresso i medici che tutti gli alimenti amari, e pungitiui, meno nutrimento arrecano al corpo, e i dolci più.

Le cime delle rape cotte, se si mangiano, prouocano l'vrina. Il seme delle Rape trito, & in gran copia preso, eccita venere. Non si  
deco



deono in somma mangiare crude, e cotte ancora poche volte, potendosi hauere altro. Fabrizio nondimeno che nell'istesso tempo à Pirro, & à i Sanniti facea guerra, fù trouato da gli ambasciadori de i Sanniti che veniuano à presentarlo, che mangiava Rape arostite, onde sorridendo, Ex cœna, inquit, mea cognoscitis me nullius auro, vel pecuniis indigere.

**R A V A N I.** Sono buoni contra il veleno, peroche facendo vomitare quando si pigliano nel principio vengono à purgare lo stomaco dai cattui humori, e per consequenza dal veleno preso. Auicenna dice che conferiscono al morso della vipera: e col vino al morso della cornuta. Et il seme de Rauani è contro il veleno, e vermi velenosi. E se si pone il frutto sopra il scorpione si muore. E l'acqua di quello si è esperimentata in questo, & è più forte. E se lo scorpione morderà vno che habbia mangiato quel di de Rauani ( dicono ) che non gli nuocerà.

Giouano ancora al veleno dei funghi mortiferi. Et si dee vltimamente sapere che il Rauano, e la Radice per essere molto propinqui, e somiglianti in complessione, e natura, si pigliano da alcuni per l'istessa cosa, e se gli attribuiscono i medesimi effetti. E sono da fuggirsi dalle complessioni coleriche. Doue anco dirò il



volgato prouerbio della radice, cioè, che nel principio della mensa è come veleno, nel mezzo cibo, e nel fine medicina.

**R V T A.** Quattro effetti assegnano alla Ruta, Il primo è che acuisce il vedere: Il secondo che sminuisce il desiderio di Venere: Il terzo che per la sua calidità, e siccità assottigliando gli spiriti chiarifica l'ingegno, onde fa l'homo solerte in ritrouare il mezzo in qualche causa sottile: Il quarto che aspergendosi la casa con la decozzione della Ruta per l'acrimonia sua, e graue odore, si muoiono, ò si dileguano tutte le pulci.

Quanto al primo effetto, si dee pigliare la Ruta cruda con vn poco di sale, e mangiandola, per modo marauiglioso si affinerà la vista: la onde narrano che gli scultori, e pittori antichi questo cibo medicinale molto frequentauano. Quanto al secondo egli ha verità negli huomini, il cui seme essendo sottile, & aereo, viene dalla calidità, e siccità della Ruta à sminuirsi, & indebolirsi, e per conseguenza si sminuisce ancora, e si toglie l'appetito Venereo.

Mà nelle donne la Ruta mangiata fa contrario effetto. Imperoche essendo il seme donnesco aquoso, e freddo, lo viene ad assottigliare, e scaldare. Onde si genera in loro per tal causa maggiore desiderio di libidine.

Quan-



Quanto al quarto effetto, insegnano oltre al predetto altri modi da occidere, e disperdere le pulci. Pongasi (dicono) in mezzo la casa dentro d'un vaso, sangue di becco, e si vedranno tutte le pulci che sono in quella venir saltando appresso di detto sangue, e quiui morire. Similmente si aduneranno tutte sopra vn legno vnto col grasso del Riccio. Fuggono parimente dall'odore del cauolo. E nissuna cosa meglio le scaccia che l'herbe di forte odore, come la menta, il mentastro, i luppoli, e la ruta. Se si asperga similmente la casa con la decozzione del seme della rapa, si occidono quante vene sono. Così fumeggiandosi la casa col corno di toro acceso, fuggono da tale odore cacciate. Pongasi finalmente vn vaso di terra nel pauimento, sotterrato di maniera che le labbra di quello non soprauāzino detto pauimento, & vngasi col grasso di toro, e si vedra (dicono) che le pulci tutte, e quelle ancora che nelle vesti stauano ascosse, in quello si congregheranno.

Mà vn modo più di tutti gli altri facile da pigliare le pulci si è porre nel letto, o doue siano, vn poco di bambagia distesa, peroche in quella congregandosi ageuolissimamente si prendono. Mà ritornando alla Ruta, s'ella si abruscita, fuggono i serpenti à tale odore. Et Aristotile narra nel libro 9. della storia de gli



animali al cap. 6. che la Donnola douendo cō-  
battere col serpente, primieramente s'arma  
mangiando la Ruta. Ottimo antidoto con-  
tro i veleni dicono Plinio nel lib. 23. della  
storia naturale, al cap. 8. e Galeno nel 2. lib.  
de gli Antidoti, cap. 43. & altroue, esser que-  
sto, cioè Due noci secche, e due fichi, venti  
foglie di ruta trite, con vn grano di sale, piglin-  
si à digiuno, e quel giorno nissuno veleno potrà  
nuocere. In somma.

,, *Saluà cum Ruta faciunt tibi pocula tuta.*

,, *Adde Rosæ Florem minuit potenter amorem.*

**S A L E.** Due sono le principali vtilità del  
Sale, La prima si è che egli resiste à i veleni,  
per due ragioni, la prima peroche essendo dis-  
seccatiuo, toglie l'humidità, dalle quali può se-  
guire la corruzione: la secōda peroche seccan-  
do, & asciugando cotali humidità, viene à chiu-  
dere, e ferrare i pori, e meati, per i quali po-  
trebbe il veleno penetrare. La seconda vti-  
lità del Sale si è che egli fà saporosi tutti i  
cibi per loro stessi insipidi, e seiocchi, On-  
de il verso:

,, *Nam sapit esca malè, quæ datur absq; sale.*

Dalla troppo nondimeno frequenza, & vso del  
Sale, e salsamenti, nascono, e procedono molti  
danni alla complessione humana.

Il primo è che le cose troppo salate nuoco-  
no



no alla vista. Imperoche essendo gli occhi di natura acquosa, il Sale che troppo dissecca viene à indebolire la virtù loro. Et appresso, cagionandosi da i falsamenti nello stomaco fummi mordaci, & agri, & ascendendo alla testa, fanno diuenire gli occhi rossi, come altresì si vede auenire à coloro che bollono il Sale, i quali per lo più hanno sempre gli occhi rosfeggianti.

Il secondo nocumento, e danno che ne arrecano le cose false si è che generano molte volte la scabbia, per l'humore acuto mordente, & adusto che genera il Sale, cagione poscia di tale abomineuole infermità, e di lebbra, e morfea, & altre somiglianti pessime contagioni.

Il terzo danno del souerchio sale si è che accresce il prurito, ò vero pizzichore nei corpi humani, e la ragione è percioche genera i predetti humori pruritiui. Hanno ancora i falsamenti questo altro effetto che sminuiscono l'appetito venereo, peroche disseccando l'humidita del corpo, vengono altresì à disseccare il seme humano humido aereo, cagione di tale appetito. Mà le cose temperatamente salate, leuano il fastidio da i cibi, eccitano, e aguzzano lo appetito. Onde si suole prima di tutte le viuande porre sopra la mensa il Sale. Et in certi paesi si costuma di non pagare l'Hoste, quando non hà posto il Sale in tavola



uola, Onde il Distico.

,, *Sal primo poni debet, primoq; reponi,*  
 ,, *Nam omni mensa malè, ponitur absq; Sale.*

**S A L I C E.** Tre cose principali dicono i Medici Salernitani del Salcio: La prima che il sugo suo infuso nell'orecchie, amazza i vermi di quelle, e questo gli conuiene per la sua amarezza, & disseccazione. Et aggiunge Auicenna niuna cosa essere più vtile alla curazione della immondezza ch' esce dall'orecchie del sugo delle foglie del Salcio.

La seconda che la scorza sua, cotta nello aceto, e posta sopra i porri che nascono nelle mani, ò in altri luoghi della persona, gli risolve, e toglie via. e questo fà per la vehemente sua disseccazione. Mà per leuare via somiglianti superfluità di carne, niuna cosa è più atta della Porcellana, herba fredda, & humida, fregandola sopra di quelle. E questo fà la Porcellana per certa sua proprietà, e non per cagione della qualità sua, humida, come si è detto, e fredda come dice Auicenna di lei parlando, la quale Porcellana è buona ancora à togliere lo stupore, ò vero allegazione de denti.

La terza proprietà del Salcio si è che il fiore suo, ò vero sugo del frutto, per la virtù sua constringiua, e desiccatiua, rende l'huomo sterile, che non genera, e quando heues-  
 se



se la donna concetto fa il parto suo difficile,  
preso, e beuto.

**SALVIA.** Tre sono gli effetti della Salvia, il primo è che conforta i nerui disseccando l'humidità per le quali vengono tal'hora impediti da gli vñcij loro, e rilassati. Il secondo è che toglie il tremore delle mani, confortando gli stessi nerui, dalla debolezza de i quali si cagiona cotale tremito. La onde sogliono alcuni vecchi, & vecchiarelle porre nel beueraggio loro, ò cibo, alcune foglie di Salvia, che vengano à scaldare, e disseccare la copia de gli humori, e la freddezza per cui s'indeboliscono i nerui, e causano il tremore dei membri. Il terzo effetto della Salvia si è che rimoue la febre acuta, disseccando gli humori, e per conseguenza togliendo via la putrefazione la quale è causa bene spesso delle febre acute. E per maggiore notizia di quanto s'è detto è da notare che essendo la Salvia calda, e secca non molto conuiene da se stessa per via di cibo, mà per modo di sanità è molto in vso.

Imperò che con essa si fa la salsa, ottimo condimento per eccitare l'appetito, e gioueuole allo stomaco quando fusse ripieno di mali humori, crudi, & indigesti: e se ne fa anco il vino detto saluiato; ilquale si douria vsare nel principio della mensa, e conferisce al ceruello, à i nerui



vi, alle reni, à i dolori di fianco, e particolarmente à nerui, e paralisia. Si dee però usare parcamente, non per cauare la sete, mà per medicina. E coloro che sono deboli di testa, e che sono dal molto cattarro occupati se ne deono astenere, acciò cercando giouare à vna parte non nuocessero à più. Imperò che cotale vino saluiato è molto vaporoso, & ageuolmente ascende alla testa. Se ne deono similmente guardare le donne grauide: percioche facilmente potria occidere il parto, e cagionare l'aborto, e sconiatura.

In somma per tornare dal vino saluiato alla Saluia, ella è di tanta virtù bene adoperata, che l'Autore della Scuola Salernitana si marauiglia, e cerca come muoia l'huomo, che nell'horto suo tien la Saluia, quasi che ella possa conseruare la vita, e fugar la morte, onde dice.

„ *Cur moritur homo, cui Saluia crescit in horto?*  
Risponde non dimeno è dice che se bene negli horti, e giardini nostri si ritrouano la Saluia, & altri semplici, i quali hanno virtù di resistere alla putrefazione del corpo, e conseruare l'humidità naturale, acciò auanti tempo non venga dissipata; nun semplice però si ritroua che tolga del mezzo la necessità del morire, debito che tutti, ò per tempo, ò tardi, hauemo vna volta da pagare.

Di due forte finalmente Saluia si ritroua, vna  
di



di foglie grandi, larghe, & aspre, e l'altra di foglie minori, più strette e più morbide. Et amen due sono dell'istessa virtù, ò poco variano.

**S A P O R I.** Sono i Sapori di più specij e ciascuno hà le sue proprie qualità. Primieramente questi tre, Salso, Amaro, & Acuto, hanno virtù caleffatiua del corpo, e di risolvere, incidere, & astergere, vno però più dell'altro, Onde dice Auicenna l'agro, ò vero acuto essere più caleffatiuo, di poi l'amaro, e nel terzo luogo il salso.

Secondariamente questi altri tre vogliono che siano infrigidatiui, cioè acetoso, austero, & acerbo: de quali nondimeno l'acerbo è più freddo, poi l'austero, e ultimamente l'acetoso: come si vede in tutti i frutti che adolciscono. Imperoche acerbi sono di vehemente infrigidazione, poscia in processo di tempo da i raggi solari in parte concotti si sente in loro l'austerità: la quale à poco à poco diposta acquistano il sapore acetoso, e finalmente ben maturi adolciscono. Si dee però notare che se bene il sapore forte, & acetoso è meno freddo dell'acerbo, come si è detto, tutta uia per la sua sottiliezza, e penetrazione è più infrigidatiuo.

Nel terzo luogo ne pongono tre altri temperati, cioè di mezzana qualità: di maniera che nè eccellentemente scaldano il corpo, nè anco  
lo



lo raffreddano, e sono il dolce, l'vntuoso, ò vero grasso, e lo insipido: percioche se bene il dolce è calido, non apparisce però in lui eccellenza di calore. Il sapore insipido è simile à quello dell'acqua. E si prende qui per sapore tutto quello che dal gusto si può giudicare. Onde sono noue specij anouerate di sapori, à ciascuno dei quali attribuiscono, oltre à quanto s'è detto, la propria sua operazione. Onde il sapor dolce, per incominciare da lui con cuoce bene, mollifica, nutrisce, ingrassa, essendo auidamente, e con piacere dalla natura preso, à cui le cose dolci sono amiche; Anzi tutto quello che nutrisce bisogna che sia del genere delle cose dolci.

Vero è che le cose souerchiamēte dolci nucono tal'hora, imperoche essendo grandemente calde, & aeree, presto passano nella natura del fuoco, e si conuertono in colera rossa, come sono il mele, & il zucchero, perciò si deuono usare con temperanza. Indeboliscono ancora le cose troppo dolci lo stomaco, e sciolgono il ventre: e per opposto giouano al petto, & al polmone, & accrescono il seme genitale. Il sapore amaro purga i meati, assottiglia gli humori, incide la grossezza loro, morde la lingua e si troua in natura terrestre grossa in cui eccedono il calore, e la siccità. Prese le cose amare, come l'Assenzio, & il Marrobbio, intempera-



peratamente, abrusciano il sangue, e lo corrompono, & augmentano la colera rossa.

Le cose acerbe, da i moderni pontica à pungendo dette, contraggono la lingua, e à dentro la scacciano, infrigidano, e disseccano il corpo come quelle che sono in natura terrestre grossa fredda, e secca: ristringono il ventre, e generano sangue malencolico, come le pere saluatiche, & in genere tutti i pomi che anco non sono maturi, e le mele cottogne, e somiglianti.

Le cose austere, il cui sapore da i moderni è detto stiptico dal verbo Greco stifo, peroche contraggono, ristringono, condensano, ingrossano, & infrigidano, sono in natura terrestre grossa, fredda, e secca, mà però hanno più di calore, & humidità che le cose acerbe. Frequentate nondimeno, abondeuolmente assottigliano gli humori, e gli sminuiscono: generano sangue melancolico, e rendono il corpo magro. Giouano però à fermare il flusso del ventre.

Le cose grasse, ò vero vntuose sono di natura aquea, & aerea, e propinque alle cose dolci: leniscono, mollificano, sciolgono, cuocono, maturano, & humettano, senza però manifesta calefazione, e se sono mediocrement vntuose, ottimamente nutriscono. Mà se troppo, nuotano sopra gli altri cibi, generano abominazione, e nausea allo stomaco, impediscono la digestione



gestione, cagionano ventosità, & ostruzioni, inducono sazieta prima che la natura habbia preso il bisogno suo: generano copia di flegma inducono sonnolenza, & ingrossano l'ingegno Sono però di condimento ottimo alla cocitura della carne, e dell'herbe.

Le cose agre, ò vero acute, non solo mordono, e rodono la lingua, mà penetrano ancora, abrusciano, piagano, aprono, risolvono, e sono in natura tenue, nella quale eccedono la calidità, e siccità, e superano nel calore le cose amare. Onde augmentano il caldo infiammano il corpo, abrusciano il sangue, & in colera rossa prima e poi in negra lo conuertono. Disseccano, smagrano, e cagionano fete, come il pepe, l'aglio, la cipolla, e simili.

Le cose salse tagliano, purgano, assottigliano, liquefanno, mordono, e conseruano con il loro condimento, dalla corruzione: Conturbano, souertono il ventricolo, inducono al vomito: disseccano: eccitano la sete, essasperano, radendo purgano, & aprono.

Le cose acide, ò vero acetose mordendo cōstringono, e refrigerano: penetrano, tagliano, estenuano, diuidono, nettano, e purgano senza calefazione. Sono in natura tenue, fredda, e secca, in cui signoreggia la frigidità. Onde quelle cose che sono solamēte acetose, sono precipuamente fredde. Reprimono le cose acetose



tofe la colera rossa, & il sangue, e stringono il ventre, eccitano l'appetito, nucono à i nerui, e parti neruose. Infreddano, e seccano il corpo. Le cose insipide sono di due sorte, alcune che più nutriscono, e sono quelle che più si accostano all'vgualità: Et alcune che mediocrementemente scaldano, ò rinfrescano. Le quali se di più humidità saranno dotate, nell'ordine delle cose humectanti si porranno: E se per opposito in loro abonderà più di siccità, nel genere delle cose disseccanti si locheranno.

**S E R O.** Il Sero che altro non è che l'acqua del latte, hà quattro proprietà principali, La prima che è incisiuo, e sottigliatiuo: La seconda che è lauatiuo, & asteriuo: La terza che è penetratiuo: La quarta che è mondatiuo, e solutiuo. Scaccia ancora la colera rossa: Gioua alla scabbia, & à gli humori falsi che sogliono venire per la persona.

**S E N A P A.** La Senapa, grano picciolo calido, e secco nel quarto grado, hà tre proprietà: La prima che fà lacrimare, e la cagione è che assottigliando con la sua gran calidità l'humiditadi del ceruello, e liquefacendole, fà insieme con quelle cadere le lacrime: La seconda è che purga il capo, mondando il ceruello dalle superfluità, e facendole per la bocca

H man-



mandare fuori: anzi se si pone trita, senza altrimenti mangiarla, alle nari, per mezzo della sternutazione scaccia i nocumenti del ceruello: donde segue che sia molto gioueuole al morbo comiziale, ò vero caduco, & all'appoplefia ò vero gocciola. La terza è che gioua contro i veleni. Onde posta sopra i carboni col fumo solo scaccia i serpenti: Et à i morsi loro, e de i scorpioni trita con l'aceto è molto vtile: Toglie ancora il veleno dei funghi: Gioua alle quartane generate da cattarri adusti, e alle podagre simigliantemente: Aiuta la digestione, e distribuzione di cibi grossi: Sminuisce l'humidita, che sono nel ventricolo. Asciuga la lingua, quando è da troppo humidita grauata: Presa col mele risolue la tosse: Nuoce nondimeno alla vista, di coloro che son caldi di testa & à chi pate di fegato.

**S P O D I O.** Spodio altro non è, secondo Auicenna, che le radici delle canne aduste. La proprietà sua principale si è stagnare il flusso del sangue, e la ragione è perche ha virtù confortatiua del fegato, ilquale è fonte, & origine del sangue. La onde confortato, meglio ritiene detto sangue. L'uso è questo che la poluere di quello con acqua rosa, ò di piantagine si dee stillare nelle nari. Gioua ancora al flusso del ventre, & al vomito: alle febri acute, al

tre-



**SALERNITANA. 111**

tremito, e sincope. Conforta il cuore, e fa gli spiriti chiari, e fermi. Beuto rallegra. E come lo Spodio hà speciale virtù di fortificare così cert'altre medicine sono accomodate alla salute d'altri membri corporei, come la legorizia al polmone, il musco al ceruello, il capparo alla milza.

**S A L S A.** Sei cose concorrono à fare vna perfetta Salsa, Saluia, Sal, vino, Pepe, Aglio, Prezzemolo. E si dee notare che il vino s'adopera quando non si può hauere agresto: & appresso che nei tempi caldi si deono usare, e cibi, e condimenti freschi, ò di menoma calidità, partecipanti: e per opposto nei tempi freddi. La state adunque si faccia la Salsa, ò saure con aceto, ò agresto, poche specij, senz'aglio, con petrosimolo, e pane infuso nell'aceto, ò agresto.

L'inuerno con più specij, vn poco d'aglio, ottimo vino, senapa, ruchetta, & vn poco d'agresto, Per le carni bouine lesse, e porcine, con pane arrostito, pepe bollito, acqua di carni, ò vero brodo, & vn poco d'agresto. E si possono eziandio la state mangiare le carni porcine, nel principio della mensa, con aceto, e prezzemolo. I conigli, e polli giouani arrostiti, richiedono il condimento con cinamomo, & agresto la state, e con vino l'inuerno. I fagiani, le



colombe, e le tortore, non hanno bisogno d'altra salsa che di sale. I pesci quanto sono di più grossa carne, e difficile digestione, di maggiore superfluità, e di più humida natura: tanto hanno bisogno di più calidi, & acuti condimenti. Mà lasciamo hoggimai il fauellare di questa materia, peroche non può trouarsi il migliore condimento, e la più perfetta salsa, che vna buona fame, & vno svegliato appetito.

,, *Optimum condimentum fames.*

**S O N N O.** Il sonno che altro non è che vna immobilità, ò vero ligamento de sensi, hà il tempo suo proporzionato che è la notte. La onde dormire il giorno notabilmente; dicono che arreci quattro nocuenti principali, che sono la febre, la pigrizia, dolore di capo, e catarro. I medici moderni nondimeno concedono, e permettono che si possa dormire ancora il giorno, purché si offeruino queste cinque cose: La prima che l'huomo l'habbia in consuetudine, peroche così non nuocerà, dicente Galeno. *Quod consuetum est bonum est, inconusuetum vero malum est.*

La seconda che non si dorma subito dopo il cibo preso, mà vi si ponga vn poco d'interuallo onde dice vna loro regola. *Inter potationem & somnum semper aliquid temporis intercedat.* La terza è che si dorma con il capo non dep-



depresso, & basso, mà eleuato alquanto, & alto, onde sogliono alcuni sedendo, e con la testa appoggiata al muro, ò spalliera dormire di giorno. La quarta che non si ecceda, cioè che non si dorma troppo lungo sonno, mà temperatamente, come sarebbe vn'hora, ò due al più. La quinta che il risvegliarsi non sia subito, e repentino, mà lento, & à poco à poco.

Quanto al sonno notturno, la durazione, e lunghezza sua si dee stimare dalla perfetta digestione del cibo preso, la quale vogliono alcuni eccellentissimi medici che non deua esser meno di sette hore, & al più d'otto, ò noue, come anco da Galeno si caua. Si dee dormire coperto, acciò l'aere circondante non offenda, mentre che il calore naturale, e gli spiriti stanno intorno alle parti interne occupati. Il capo ancora si dee la notte conuenientemente coprire, & vorrebbero che la cuffia, ò berrettino della notte fusse di sopra forato, acciò potessero i vapori del capo meglio essalare.

Non si dee dormire la notte co' i pie calzati, peroche indebolisce la vista, offende la memoria: e tutto il corpo riscalda di estraneo calore, per la riflessione dei vapori. Non si conuiene dormire prono, ò vero bocconi, e con la faccia in giù, peroche si contorce, e riprime il ventricolo, & anco il collo per non affogare tenendo la bocca su le lenzuola, s'offendono oltre acciò



gli occhi, peroche così prono dormendo cascano sopra di loro superfluità. Aiuta non dimeno la digestione il così dormire, à coloro massimamente che hanno la digestiua debole.

Mà il dormire suppino, e con la faccia in su non conuiene in modo alcuno peroche cadendo le superfluita alle parti di dietro si deuiano dai canali loro i quali sono di nanzi cioè la bocca le nari, e gli occhi, onde si cagionano molte infermità, come apoplezia, ò vero gocciola, stupori, risoluzioni di nerui, e simili.

Si dee adunque il sonno incominciare sopra il lato destro, peroche così meglio discenderà il cibo al ventricolo. Finito il primo sonno, chi si risvegliasse doueria voltarsi sopra il sinistro, acciò dal fegato che sta sopra il ventricolo fusse aiutata la digestione: E dopo breue intervallo di nuouo chi si risentisse, douerebbe ritornare à giacere sopra il destro lato, fino al tempo di leuarsi.

Mà perche rari sono che habbiano il sonno così in loro balia, e podesta che possano à loro beneplacito, e dormire, e svegliarsi, però indormendo ciascuno potrà stare come più gustuole ritrouerà essere alla natura, e complessione sua, e più di quiete, e di sanità: purché si riguardi dal giacer suppino. Così quanto alla durezza del dormire non si può dar regola certa per la varietà delle complessioni. Imperoche

ad



ad alcuni che sono di calida complessione, che hanno digestiua buona, e mangiano cibi facili à digerire, non fa mestiero di longo sonno, mà basteranno loro 5. ò 6. ò 7. hore. E ad alcuni altri di contraria complessione, e che mangiano cibi malageuoli à smaltirsi, saranno necessarie. 15. ò 16. hore di sonno. E quei di fred-da complessione, e così debole virtù digestiua, potranno mangiare vna volta il giorno. Et altri finalmente che sono di mezzana complessione frà le due dette, vorranno 10. ò 12. hore di sonno. Ciascuno adunque ben consideri il bisogno suo, e lo pigli potendo, guardandosi dalla immoderata vigilia, e dal souerchio sonno, peroche quella dissecca il corpo, debilita le virtù animali, sminuisce la digestiua, e prepara il corpo à molte infermità consontive. E questo dispone alla apoplezia, al mal caduco, alla paralisia, à stupori, aposteme, febri, & altri mali.

Vn segno da conoscere chel sonno sia sufficiente è la leggerezza di tutto il corpo, e particolarmente del ceruello, e de gli occhi, & il dissenso del cibo dallo stomaco: e la volontà di sgrauare il ventre. Come per contrario, la grauezza del corpo, la indigestione del cibo, e la balordaggine del capo, e il peso de gli occhi, danno indizio di non hauere dormito il bisogno suo.



**SVRRECTIONE.** Leuarsi la mattina per tempo e con l'Aurora, gioua alla sanità corporale, allo studio della filosofia, & alla spedizione dei negocii familiari della casa propria. E nel vero starfi à giacere nel letto mentre che l'Aurato Sole spūtando dall'Orizzonte viene in dorando le cime dei più alti monti, è cosa molto disdiceuole all'huomo nato per faticare, e molto più al Christiano, diceua Santo Agostino, e molto altresì vien biasimata in vn principe, che tiene così gran carico sopra le spalle, dell'altrui gouerno, onde fù chi disse.

*„ Non debet Princeps noctem dormire per omnem .*

Leuandosi adunque l'huomo la mattina per tempo, e forgendo del letto almenò col leuare del sole, più cose per mantenere la sanità dee offeruare: La prima è che si dee nell'acqua fresca lauare le mani, & appresso gli occhi dall'immondezze la notte contratte. La seconda che dee alquanto lentamente caminare, acciò le sofluità prime, e seconde delle digestioni, che sono le feci, e l'vrina, discendano à basso, e si vengano ad apparecchiare all'uscire fuori.

La terza che deue estendere le mani, braccia, piedi, e gli altri membri corporali, acciò si tirino i spiriti vitali à i membri esterni, e si assottiglino i spiriti del ceruello. La quarta è che dee pettinarsi alquanto la testa, acciò meglio s'apra-



s'aprano i pori del capo, e più ageuolmente n'escano i vapori del ceruello lasciati dopo il sonno, & anco si assottiglino gli spiriti di quello. E questo vso del pettine, dice Auicenna molto giouare alla vista, & à tutti i sensi, attraendo i vapori dal capo, e diuertendogli dalla parte de gli occhi. La quinta cosa che dee fare vno poi che è leuato la mattina, si è che debbe mondare, e nettare i denti, acciò le immondezze loro non facciano il fiato insoaue, e non nuocano al ceruello, mandando ad alto spiriti, e vapori di lui perturbatiui. Deonsi ancora mondare l'orecchie, e l'altre tutte parti del corpo, che bisogno ne hauessero: & alleggerire il ventre.

**S V S I N E.** Due sono le proprietà delle Sufine, Là prima che refrigerano, e rinfrescano: Là onde i Portoghesi per essere in regione calida, accanto alla marina, sempre nel cuocere le carni, ci mescolano le Sufine, particolarmente Damascene. La seconda proprietà si è che sciolgono il ventre, lo che si dee intendere delle mature: peroche l'accerbe più tosto lo stringono.

Trà le Sufine, migliori sono tenute quelle, che hanno figura ouale, cioè che sono lunghe, e di poca carne, e dura, di pelle sottile, e di sapore non omninamente dolce, quali special-  
mente



mente sono le Damascene: Imperoche queste mediocrementè humettano, e rinfrescano.

Le Sufine che s'hanno da pigliare per disporre il corpo, si deono prima lalciare istare alquanto nell'acqua fresca, peroche meglio poi humettano, e più presto dispongono. Eccitano ancora l'appetito le Sufine, e purgano la colera.

Le fresche sono più alteratiue, mà di peggiore nutrimento, e di più superfluità: Mà le secche più confortano, e migliore nutrimento danno al corpo. Le Sufine saluatiche: che nascono nelle selue, picciole, dure, acerbe, e di sapore agro, sono grandissimamente restrittiue, onde se ne fa acqua à tale effetto accomodata.

Non conuengono però esse in cibo nel reggimento della sanità.

**VENTOSITA.** Dalle ventositadi ritte nute nel ventre, procedono molti mali nella vita humana. Il primo è lo spasimo, peroche corale ventosità riempie i nerui, onde si causa la loro contrazione, che è l'istesso spasimo: benche ancora proceda alcuna volta lo spasimo dalla euacuazione, come anco si scorta, e si contrae vna carta pecora posta al fuoco. Il secondo è l'hidropisia, morbo cagionato da materia fredda enfiatiua delle membra, ò parti loro in cui si fa la digestione dei cibi. Il terzo male, e nocumento che prouiene dalle ventositadi



tositadi sono i dolori, ò vero passioni colice, che sogliono molestare non altramente che se nella vita fusse confitto vn palo, ò che le viscere fussero da acuto succhiello, ò triuello forate. Et auuiene questo dolore nell'intestino, ò vero budello da i greci *κωλον*. chiamato, che è vno de gli intestini grossi, sì come la passione Iliaca auuiene in vn'altro intestino più sottile detto *ειλεον*: le quali infermità si cagionano spesso da ventositadi rinchiuse in detti budelli.

Il quarto nocumento cagionato dalle ventositadi, sono le vertigini, infermità che fa parere all'huomo che ogni cosa giri, e procede dalle ventositadi perturbanti il ceruello, e specialmente la parte visiuu.

Mà in che maniera gli annouerati nocumenti procedano dalle ventositadi, dichiara assai chiaramente Galeno con dire che ritrouandosi alcuno frà vna honorata brigata di persone, e venendogli bisogno di fare vento per da basso, se per vergogna se ne ritiene, ritorna egli in su & offende il ventre, e riempie il capo vaporando. E così questo rattenimento di vento frequentato, con longhezza di tempo viene à cagionare i sopradetti mali. La onde ben fece Claudio Cesare, come narra Suetonio, à ordinare che fusse lecito, e senza pena, eziandio nei conuiti, à crepitare, e mandar fuori le ventositadi occorrenti; lo che prohibiuano gli antichi



tichi, come dice Plinio per la mondezza della mensa. Quando adunque occorra somigliante necessità, se puoi commodamente assentarti, e sodisfarle, farai bene: e quando nō ti sia lecito partire, ponendo da canto la vergogna, farai il fatto tuo, ricoprendolo cō la tosse ditfīmulata il meglio che potrai: perciocche men male sarà arrossire alquanto, che pericolare della vita, come narrano che fe colui, che indusse Claudio Cesare à fare quello editto. La pestifera forza di queste ventosità rattenute, elegantemente fū da vn valente huomo con questo Epigramma descritta.

,, *Interimit crepitus ventris detentus in aluo,*

,, *Et seruat blasum dum canit ille melos.*

,, *Ergo si perimit crepitus, seruatq; canendo,*

,, *Regibus Imperium par habet hic crepitus.*

V E L E N O. Sei rimedii pongono contra il veleno, e morsi d'animale venenati, che sono questi. l'Agho, la Ruta, le Pere saluatiche, ò vero Aromatiche, il Rauano, la Triaca, e le noci. E perche di ciascuna di queste cose s'è detto in particolare al luogo proprio, diremo hora solamente della Triaca: la quale con tutta la sostanza sua, tanto i bruti, quanto gli huomini aiuta contro i veleni, se da loro sia presa, ò auanti, ò poi. E nel tempo della peste non pare che ancora si sia trouato il migliore

re



re rimedio antidoto, e conseruatiuo della Triaca. Laquale presa fa che quell'aere corrotto, e d'attratto per le fauci non preuaglia. È data altresì à coloro che già fussero amorbati, singolarissimo rimedio, e giouamento gli appor-  
ta. Di somigliante virtù è ancora quello altro antidoto, detto dal nome di colui, che se non ne fu inuentore: almeno frequentemen-  
te l'vsaua, Mitridate: benchè la Triaca è al-  
quanto più calda, e contro i veleni dei serpenti più potente.

Narrano che il famoso caualiero Mitridate, col frequente vso di questo antidoto s'haueua acquistata così ferma, e forte complessione con-  
tro i veleni, che poscia combattendo co' i Ro-  
mani, & vinto da Pompeo, per non gli venire viuo nelle mani prese il veleno insieme con le  
figliuole. Mà morendo esse che non hauea-  
no vsato cotale antidoto, egli niuna lesione sen-  
tì dal veleno. La onde si fe da vno amico,  
che gli staua à canto, col ferro cauare di vita.

VINO. Frà le cose nutritiue del corpo humano, vnà e delle principali è il vino. Il-  
quale perciò si dee trà gli alimenti anouerare.  
Di questo molte sono le differenze nel colo-  
re. Imperoche alcuni sono bianchi, alcu-  
ni rossi, alcuni cedrini, alcuni finalmente  
negri.

I vini



I vini bianchi, sempre facendo la comparazione frà i vini della medesima materia, e territorio, sono manco caldi, e manco nutritiui, e per consequenza meno deboli de gli altri.

Onde e manco offendono il capo, sono però prouocatiui dell'vrina per essere apritiui, e sono anco appetitosi. Onde si caua che à i calidi per natura come sono i colerici, e sanguigni, & à i calidi per accidente, come sono gli adirati, e dimoranti al Sole: e similmente à i deboli di capo, & à gli studenti che hanno à specolare, assai conuengono i vini bianchi: come eziandio à gli hauenti lo stomaco, e fegato caldo, & à gli habitanti in paesi caldi.

I vini rossi chiari sono più caldi de gli altri, e più nutritiui. Onde più offendono il capo, e meno sono prouocatiui dell'vrina, dei bianchi. Per lo che conuengono à gli hauenti forte, e gagliardo ceruello, il qual meglio può resistere à i vapori eleuari dal vino. Doue è da sapere che secondo Auicenna l'ingegno dell'huomo di forte ceruello, più si chiarifica, e si aguzza quando beue buon vino: conciosia che del buon vino più che di qual si voglia altro beueraggio, si moltiplicano spiriti sottili, chiari, e puri. Donde nasce che alcuni belli ingegni sono più vigorosi, e più specolatiui quando hanno alquanto beuto. Conuiene questa maniera di vino à gli huomini di fredda complessione,



sione, e flegmatica: percioche aprono l'opilazioni cagionate nei freddi, e flegmatici, e digeriscono la flegma, presto penetrano, e danno alimento mondo, e spiriti assai.

I vini cedrini sono di manco calefazione che i vini rossi chiari, e di maggiore dei bianchi, onde e più dei bianchi offendono la testa. Sono altresì questi vini di colore cedrino meno dei rossi chiari nutritiui, e più dei bianchi. E si dee notare che appresso d'alcuni questi vini cedrini sono chiamati bianchi. E perciò equiuocando alcuni dicono i vini bianchi molto riscaldare.

I vini negri nel quarto luogo, sono di minore calefazione dei cedrini, onde e meno nucono alla testa. Mà perche sono di più tardo discendimento nel ventre, e meno prouocatiui dell'vrina de i bianchi, quindi è che anco più offendono il capo. E sono questi vini negri più nutritiui dei bianchi, e cedrini, mà meno de i rossi chiari.

Conosconsi i vini buoni da tre cose, Odore, Sapore, e Colore. Quanto all'odore, i vini di aromatico è buono odore, moltiplicano i spiriti sottili, generano succo lodeuole, nutriscono bene, rallegrano l'animo, svegliano gli spiriti, & languentibus sepe animum reuocant. Doue quegli di cattiuo odore la natura gli abomina, generano spiriti grossi, e melancolici, cattiuo



uo sangue, & vapori molesti al capo.

Quanto al Sapore, si come i cibi più saporiti più nutriscono, onde il prouerbio. *Quod sapit nutrit*, e meglio sono dallo stomaco, e con più gusto, e giouamento riceuuti: così ancora i vini. Doue è da notare che i vini dolci più de gli altri nutriscono, mà generano sangue grosso, son duri à smaltire cagionano sete, e humettano il ventre. I pontici, ò vero stiptici confortano lo stomaco indurano il ventre, nucono al petto, al polmone, & alla canna di quello, son duri à digerire, conuengono però à gli intestini. Gli acerbi finalmente, son prouocatiui dell'vrina, e generano humori sottili, incidono, e sciolgono i grossi. I vini amari, tiengli cari, partecipano minore calidità, che gli altri.

Quanto al colore del vino s'è detto di sopra. Aggiugnerò qui come si suole communemente dire che il vino à volere che sia perfetto, bisogna che sodisfaccia à tutti i sensi. Al vedere col colore chiaro, e bello. All'vdito con intendere che sia vino del ral luogo che gli produce generosi. All'olfato per mezzo dell'odore soaue aromatico. Al gusto per mezzo del sapore, e per conseguenza al tatto, conciosia che il gusto sia vn certo tatto.

Pongono altresì cinque altri segni della bonà del vino. Il primo che sia forte cioè gagliardo, e



do, e riscaldatiuo del corpo, e riempitiuo. Il secondo che sia bello, cioè chiaro, e di buon colore. Il terzo che sia odorifero, onde è confortatiuo, e generatiuo di spiriti sottili. Il quarto che sia fresco quanto al tatto esterno, perche il vino caldo essendo più raro, e sottile, più presto inebria, indebolisce i nerui, & offende il capo in quantità notabile preso. Il quinto che sia leggiere, e cascando faccia suono, e habbia la spuma tenue, e facilmente consumantesi. E si dee notare che quando fa la spuma con grandi ampolle, ò vero che à i canti del bicchiere persevera assai, e non si consuma, che cotal vino è molto fiacco, e debile per natura, ò per arte, cioè che è stato annacquato.

Tra i vini come s'è detto di sopra, nutriscono più de gli altri i bianchi dolci, perche dalla natura con molta auidità sono presi, e con gusto, come cose à lei amabili. E questo si dee intendere de i vini temperatamente dolci: perche fauellando de i moscadelli, ò trebbiani sommamente dolci, corrompono questi tali il sangue, beuti in quantità conciosia che la natura rapisca auidamente cotale beueraggio dolce dallo stomaco al fegato, senza aspettare che sia digerito, e così viene à riempire il sangue d'aquosità indigesta: Onde si rende atto al ribollimento, e putrefazione. E questo si dee intendere ancora de gli altri cibi sommamente

I dolci



dolci. Lodeuole adunque è la consuetudine di pigliare nel principio della mensa vn solo bicchiere di moscadello, ò trebbiano, ò altro vin dolce, e poi nel restante della mensa bere altri vini non dolci, mà buoni, e leggieri. Peroche beuendosi dolci à tutto pasto generano fastidio allo stomaco, danno materia infiammatoria alla colera, e cagionano opilazione del fegato, e della milza. Il vin rosso specialmente due mali efferti, intemperatamente beuto, cagiona, Il primo è che rende il corpo stitico, per conto della sua molta calidità desiccatiua. Il secondo è che per la sua siccità, e terrestreità fa la voce rauca, e assperando le fauci. Genera ancora il vin rosso humori, e spiriti grossi, e rende l'huomo pigro.

In somma i vini buoni generano humori buoni, e però si dee usare gran diligenza di hauere vini chiari, maturi, sotili, & vecchi. Ma qui si dee notare che il vino assai vecchio non è più materia di beneraggio, secondo Auicenna, mà più tosto di medicina: peroche in lui è più tosto virtù alteratiua del corpo alla calidità, e siccità, che all'opera della digestion. Et è di poco nutrimento, essendo spogliato dalle feci e dalla viridità, e quasi fuoco diuenuto, calido, e secco nel terzo grado. Per lo che si deono eleggere i vini, nè troppo antichi, nè troppo nuoui, mà mezzani. E si deono moderatamen

te



te temperare con l'acqua, hauendo rispetto alla qualità loro, & alla complessione di chi gli bee. E per dire qualche cosa de i luoghi, si deono eleggere quei vini, che sono fatti di vigne piantate, non trà sassosi, e petrosi monti, nè meno in terra semplicemente piana, & arabile, mà in terra montuosa, e colline scoperte al mezzo giorno, e solatie.

Quanto all'età, Auicenna pone tre regole. La prima che dare il vino à i fanciulli è come aggiungere fuoco à fuoco in materia debole essendo che i fanciulli sono di rara testura, & ageuolmente infiamabili per l'abondanza del calore naturale: e sono di deboli nerui, e ceruello: onde molto vengono offesi dal vino. Pochissimo adunque se ne dee dare loro, e benissimo annacquato.

La seconda regola è, che à i vecchi si può dare il vino, secondo l'appetito loro naturale, e regolato. Imperoche si come le scarpe, e le pianelle vecchie si rinouano, e puliscono con l'olio, così i cuori dei vecchi col beueraggio di vino eletto si ristorano. I vecchi sono per natura freddi, & il vino gli riscalda: hanno spirito melancolico, & il vino gli rallegra: Communemente dormono male, & il vino fa ben dormire: Sono inclinati all'opilazioni, & il vino l'apre, e dissolue. Adunque come il vino à i fanciulli è contrariissimo, così à i vecchi

I 2 è vti.



è vtilissimo.

La terza regola è, che à giouani si dee dare il vino temperatamente, secondo la misura quantitativa, e secondo la decente temperatura d'acqua. Imperoche se bene i giouani son calidi come i fanciulli, hanno nondimeno i membri più robusti, e più sodi: & i nerui, & il ceruello più fermo, onde meglio possono resistere à i nocimenti del vino. Il quale moderatamente beuto gioua all'espulsione della colera, alla fortezza corporale, alla acutezza dello ingegno, & alla abondanza de gli spiriti sottili.

**VINO BEVVTO.** Tre rimedi sogliono assegnare per correggerre la malizia del beueraggio, il primo è la saluia, le cui foglie poste nel vino correggono se malizia alcuna in lui fusse: hanno oltre acciò virtù di confortare i nerui, & il ceruello, i quali confortati, meglio si resiste à i fumi, & vapori che vengono dal vino beuto.

Il secondo rimedio per amendare la malizia del vino si è la ruta, le cui foglie integre senza sminuzzarle ponendosi nel vino con la loro calidità, e proprietà naturale, gli leuano ogni cattività. Il terzo si è il fiore della rosa rossa, che con la sua aromaticità cagiona l'istesso effetto, e toglie oltre acciò l'appetito delle cose veneree.

Inse-



Insegnano oltre di questo i fisici che in cenando, ò vero desinando si dea bere spesso, e poco, e non fare come i bruti animali che prima pigliano tutto il cibo, ò vero biada, & orzo, e poi beuono: peroche tramezzando al cibo il beueraggio, meglio si vengono à mescolare, e diuene esso cibo più molle, e più atto alla digestione. Mà per meglio ancora capire questo si dee notare che di tre sorte beueraggio pongono, cioè permistiuo, delatiuo, e della sete smorzatiuo. Del primo s'intende che si dee scambieuolmente insieme col cibo pigliare, eziandio che l'huomo non hauesse sete, & all'hora massimamente quando si mangiassero cibi attualmente, ò virtualmente secchi, come faria il pane duro.

Mà il beueraggio delatiuo, ò vero portatiuo all'hora propriamente conuiene pigliare, quando è fatta la prima digestione, che sarà poco auanti che s'habbia da prendere altro cibo: peroche apparecchia lo stomaco à riceuere il seguente cibo, & aiuta à passare, e quasi porta il cibo dallo stomaco al fegato. Deue però cotal beueraggio esser poco, acciò presto si possa digerire. Il beueraggio finalmente sedatiuo, ò vero smorzatiuo della sete dicono douersi regolarmente da gli huomini ben disposti differire fino alla fine della cena, ò pranzo: quando all'hora veramente si hà sete per la cal-



dezze, e siccità del cibo. Imperoche non è molto ragioneuole che per auanti l'huomo insieme habbia fame, e sete, essendo appetiti contrarii, l'vno cioè di cose calde, e secche, e l'altro di fredde, & humide.

Amoniscono ancora gli stessi medici, che quanto il cibo che si prende sarà più grosso, più secco, e più freddo, tanto il beueraggio permissiuo, e delatiuo douerà essere maggiore. E per contrario quanto il cibo sarà più caldo sottile, & humido, tanto il poto permissiuo, e delatiuo sarà minore. E quanto altresì il cibo sarà più grosso, freddo, & alla digestion inobediente, tanto douerà il vino essere più sottile, e gagliardo. E quanto il cibo per contrario sarà più sottile, caldo, e digeribile, tanto il vino douerà essere più debole. La onde dopo la carne si dee bere vino più gagliardo, che dopò il pesce, e dopo la carne bouina più potente, che dopo la carne di gallina. Commandano finalmente gli aiutatori della natura che sono i medici, che tra il pranzo, e la cena, ci astenghiamo quanto più si può dal bere: peroche cotal beueraggio impedisce, e interrompe la digestion del primo cibo preso. Mà quando fusse fatta la digestion, e qualche ardente sete ne molestasse, si potria permettere in poca quantità, come di sopra s'è detto. De i tre remedii antedetti sono i seguenti Versi.

*Saluis*



,, *Salvia cum Ruta faciunt tibi pocula tuta :*

,, *Adde Rosa florem minuit potenter amorem .*

Il vino in somma ripara abundantemente gli spiriti risoluti : conforta la virtù: toglie, ò almeno sminuisce l'humidità lasciate nei muscoli, nerui, e giunture: humetta quando bisogna come nella stracchezza arefattiua, pure che egli s'annacqui: più velocemente d'ogn'altra cosa nutrisce: ristora lo spasimo, scalda il corpo, chiarisce l'ingegno, mitiga l'ira: rimoue la maninconia: e rende l'huomo virile, onde essendo l'altre cose pari, i non beuenti vino sono come femine rispetto à coloro che ne beono.

**V I O L E.** Alle Viole purpuree, e rosse tre effetti attribuiscono i naturali Filosofi. Il primo è che toglie, e discaccia l'ebrietà: del che due cagioni sogliono allegare, la prima perche con l'odor suo soaue, e temperato confortando il ceruello, fa che meglio sopporti la forza del vino senza patirne nocumento : la seconda perche essendo la Viola frigida di sua natura, viene altresì à infrigidare il ceruello, per conseguenza lo rende più potente à resistere à i fumi caldi del vino, che à lui ascendono. Il secondo effetto della Viola si è che leua il dolore della testa, e massimamente se prouiene da cagione calida. Il terzo si è che gioua al male caduco, e massimamente nei fanciulli. E si



dee notare che secondo Dioscoride, questo terzo effetto non li dee attribuire propriamente à tutta la Viola, mà specialmente à quel fioretto che sta in mezzo di lei, in guisa di capillamenti, ilquale fioretto beuto con l'acqua gioua al morbo comiziale detto.

**V I S O**, ò vero vedere. Tre cose sono anzi quattro che per certa virtù loro naturale, e somiglianza confortano la vista humana: La prima delle quali è l'acqua, ò sia di fonte, ò di fiumi, ò di mare. Imperoche per cagione della similitudine, essendo l'Occhio, come altroue s'è detto, della natura dell'acqua, viene senza violenza à congregare la vista, e ricrearla. La onde narrano che Aristotile, ammaestrando Alessandro magno gli ordinò, che frequentemente, e per lungo tempo risguardasse nell'acqua verde, chiara, e risplendente, & ancora gli Occhi in quella sommergesse. E quando non ci fusse commodità d'altra acqua, si può dentro d'un cattino verde rimirarla, e fa l'istesso effetto.

La seconda cosa che conforta la vista si è lo specchio per l'istessa ragione, essendo l'Occhio lucido, e splendido in guisa dello specchio, e molto à lui somigliante: conciosia che si come lo specchio per picciolo che sia, capisce nondimeno tutta la figura dell'huomo, & altre cose  
mag-



maggiori, così eziandio la pupilla dell'Occhio dell'istesse cose è capeuole ancora che piccolissima sia. I raggi oltre acciò nella superficie dello specchio raccolti, non potendo per la durezza, e spessezza di quello andare più auanti, s'augmentano, e rendono più forti, e non si dissipano, e disciolgono, onde gran giouamento ne prouiene all'Occhio. Di qui vogliono ancora certi che proceda che alcuni de gli vecchi voraci, hauendo à diuorare qualche cadauero, la prima cosa vanno à gli occhi, per questo, cioè che vedendo in quelli l'efigie loro come à cose loro somiglianti vi corrono.

La terza cosa che aiuta, e conserua la vista, sono gli occhiali, tenendo la risoluzione de gli spiriti, e facendo che gli occhi nel rimirare cose minute non si stracchino. E di qui è che gli orfici, e scultori delle gemme, douendo sottilmente alcuna pietra lauorare, si seruono de gli occhiali. La causa che le cose vedute per mezzo de gli occhiali appariscono maggiori, dicono esser questa cioè che le specii d'un mezzo più chiaro à vn più denso passando, cioè dall'aria al vetro, maggiori, insieme e più grosse si dimostrano.

La quarta cosa che rallegra, e conserua la vista si è la verdura d'herbe, e frondi, e sopra tutto dello Smeraldo, peroche essendo il verde colore temperatissimo, e mezzano fra il bianco,



co, e negro, viene grandissimamente à raccogliere la virtù visiva, e confortarla. E di qui è che si sogliono i pareti delle librerie comuni, tignere di verde. Et i pittori sogliono per lo più dipignere paesi, ò campi verdi. In somma, non essendo la vista nostra altro che vn certo raggio nella quasi acqua de gli occhi nostri naturalmente acceso, ò vero vn temperato lume nell'acqua, non è merauiglia se tanto si diletta di rimirare l'acqua, lo specchio, gli occhiali, e le verdure, i monti, i colli, i giardini, le fontane, e la luce temperata.

**V O M I T O.** Ippocrate, come narra Auicenna, voleua che ciascul mese si facesse il Vomito due volte, cioè due giorni vn dopo l'altro, acciò quello nō s'era euacuato il primo di si euacuasse il secondo, & affermava per questo conferuarsi la sanità: peroche per tal vomito si viene à purgare lo stomaco cacciandone la flegma, e la colera. E sottogiunge poi Auicenna molti altri giouamenti dalla vomitazione procedenti.

Il primo è che gioua à sgrauare la testa, quando fusse grauata da materia humorale vaporosa, esistente nello stomaco, ò altri membri inferiori al capo: percioche quando cotal grauezza procedesse da nocumento proprio dell'istesso ceruello, in tal caso il vomito le nocerebbe.

Il



Il secondo giouamento è che chiarifica la vista quando da vapori ascendenti dallo stomaco fusse stata oscurata. Il terzo che rimoue la nausea, e fastidio dello stomaco. Il quarto che euacuando la colera corrompente il cibo nello stomaco si viene à far poscia migliore la digestion. Rimuoue in somma l'abominazione, che prouiene da vntuosità: Conferisce al colore del volto: Rimuoue l'asima: toglie il tremore, e la paralisia, euacuando quelle materie che la cagionauano. Quando però il vomito fusse souerchio indurrebbe molti nocumenti: Imperoche debilita, e risolue lo stomaco, nuoce al petto, alla vista, à i denti, & al dolore del capo.

Quanto al vomito che suole accadere à i nauiganti, consigliano alcuni che per fuggirlo, l'huomo per più giorni auanti che habbia da nauigare, ò beua l'acqua marina pura, ò vero con essa temperi il vino, percioche ella hà virtù di chiudere la bocca dello stomaco, per la sua falsedine, e stipicità, onde si viene poscia à prohibire il vomito. Mà questo documento dato dalla Scuola nostra Salernitana, credo che da pochi, ò nessuno venga vsato.

Altri insegnano che coloro che vogliono andare per mare deono sminuire il mangiare loro & vsar cibi dello stomaco confortatiui, e il primo dì che entrano in mare non guardino l'ac-

qua



qua, ne tenghino il capo eleuato. Auicenna dice che i nauiganti non deono sforzarsi di ritenere il vomito, mà venendo dargli effito per cioche preserua cotale euacuazione da molte infermità, come lebbra, idroppisia, gocciola, fredezza, & enfiagione di stomaco: e non solamente preserua, mà le sana ancora tal volta, ò l'alleggerisce. Mà quando poi seguitasse oltre al conueneuole, si dee sedare con mele cottogne, ò melegranate, beuendo seme d'appio' arrostito, nel vino, ò vero assenzio, ò pane abbruscato con ottimo vino. I capperi ancora sono vtili à chi vā per mare.

V O C E. Sei cose sono che rendono la voce roca, La prima le noci, che per la loro siccità mangiate in copia, fanno la voce humana simile à quella delle grue. La seconda è l'olio peroche accostandosi le parti sue viscosc alla canna del polmone, cagionano la rochezza. La terza è il freddo del capo premente, e stringente il ceruello, onde gli humoti si muouono à basso sopra l'arteria della voce, e souerchiamente humettandola la rendono impedita. La quarta è l'Anguilla mangiata, per la sua viscosità, e copia di flemma. La quinta è il souerchio bere, e massimamente quando si vā à dormire. E la sesta causa della raucedine si è mangiare pomi crudi, & altre cose  
fimi.



simili che moltiplicano la flemma.

**V R T I C A.** Molti sono gli effetti dell'Vrtica, & il primo è che per essere assottigliatiua de gli humori grossi, ella è donatiua del sonno. Il secondo è che toglie l'vso del vomito. Il terzo che togliendo del petto la flegma viene a sedare la tosse: e massimamente beuendosi il seme suo con l'acqua d'orzo. Il quarto che gioua à i dolori colici, essendo risolutiua dell'humidita flemmatica, e delle ventosità grosse, dalle quali sogliono i dolori colici prouenire.

La quinta vtilità dell'vrtica si è che ella scaccia il freddo del polmone per mezzo della sua calidità. Onde i religiosi che vanno co' i piè nudi sogliono souente lauarsi i piedi con l'acqua di decozzione d'Vrtica. La sesta che è risolutiua delle enfiagioni del ventre, rissoluendo le ventosità, donde elle sogliono cagionarsi. La settima vtilità si è che ella souuene à i dolori delle giunture delle sciatiche, e podagre, e massimamente quando procedono da materia frigida flegmatica grossa, essendo l'Vrtica riscaldatiua, incisiva, & assottigliatiua delle materie flegmatiche grosse. Et è l'Vrtica calda nel principio del terzo grado, e secca nel secondo.

V V A



V V A. Di tre sorte Vua pongono i Fifi-  
ci. La prima acerba che meglio si dice agre-  
sto, e questa ristringe il ventre. La seconda  
matura, verde, e fresca, di cui si fa il vino, e  
questa specialmente mangiata quando e bian-  
ca senza scorza, scioglie il ventre, & è d'ot-  
timo nutrimento dopo i fichi: genera nondi-  
meno ventosità, & enfiazioni del corpo.  
Chi vuole mangiare l'Vua verde senza nocu-  
mento, prima la lasci stare nell'acqua feruente  
per vn'hora: e poi la ponga nell'acqua fredda:  
e dopo la pigli.

L'Vua maturá, e dolce, ingrassa il corpo,  
& eccita Venere: Må la passa, e secca che  
è la terza sorta d'Vua più dell'altre hà di cali-  
dità, e conforta lo stomaco, & il fegato.  
La sostanza della vinaccia, ò vero scorza del-  
l'Vue, è secca, e indigeribile, onde per tutti  
gli intestini passa, senza quasi alterarsi niente  
dalla natura sua. L'Vue verdi serbate, &  
appese all'aria, nè fermano il ventre, nè an-  
co lo muouono, sono manco ventose delle fre-  
sche, più ageuolmenre si smaltiscono, e me-  
glio nutriscono. Si deono pigliare l'Vue auan-  
ti gli altri cibi, peroche essendo di facile dige-  
stione, se si pigliano dopo gli altri cibi, si ven-  
gono à corrompere sopra di loro. L'Vue passe  
grasse, pigliandone sette dramme sei mattine à  
digiuno purgano la flemma, e fanno abondare  
il



il sangue. L'Agresto annacquato, e beuto gioua a chi hauesse rotta qualche vena, Onde spurrasse sangue. Non però si dee prendere in molta quantità.

**Z V P P A.** Quattro giouamenti sono quelli che ne arreca la Zuppa. Il primo che monda, e netta i denti, togliendo via le loro limosità, meglio che non fa il vino da per se, o esso pane solitario, & asciutto. Il secondo che acuisce il vedere, proibendo i cattui fumi col digerire le materie cattive esistenti nello stomaco. Il terzo che conforta la virtù digestiua, e molto alimento dona al corpo. Il quarto effetto si è che sminuisce la moltitudine degli humori viziosi, cocendogli, disseccandogli, e fuori mandandogli, e massimamente se il pane sarà stato prima arrostito. E quello altresì che souerchiamente fusse smaltito lo riduce alla mediocrità, o vero mezzanità. E chiamasi la zuppa con vocabolo barbaro, dal vino e dal pane, preso, Vip̃pa: mà dai migliori latini si descrine con più voci dicēdo Panis bucellē mero intinctæ: o vero buccēa, ex vino. A Firenze è prouerbio volgato che sette cose fa la zuppa: caua fame, e sete tutta: netta il dente, purga il ventre: fa padire, e fa dormire: e fa la guancia rossa.

ANNO.



ANNO TAZIONE  
**ACCIOCHE A**  
 QVESTA OPERETTA  
 NON MANCHI

La cognizione d'alcuni semplici, che sono in frequente vso, l'habbiamo presa dall'istesso Maestro Arnaldo in vn'altra sua fatica, e dal Mattiolo, e qui posta pure per ordine d'Alfabeto.



**ASILICO.** Herba odorifera, mangiato in copia, oscura la villa; mollifica il corpo; commoue la ventosità; prouoca l'vrina; augmenta il latte; & è difficile a digenire. Tirato su pel naso fa sternutare; e posto al Sole genera vermicelli.

**BIETOLA.** La bietola è fredda, & humida; e la bianca è migliore della nera. Non si dee mangiare cruda, mà cotta. Nutrisce manco della latuga; Debilita lo stomaco,  
 e le



### **SALERNITANA.**

141

e l'intestina : molto vsandola induce enfiagioni se non si condisce con specie che reprimano la sua malizia . Mà con esse mangiata leua il dolore del ventre: lo rilassa, e gli apre le vie . E si dee notare che la bietola è più humida della lattuga : Onde la lattuga è quasi mezzana trà essa, & il cauolo.

**BORRAGINE.** La Borraggine, herba calda, & humida temperatamente, genera buon sangue, conforta il cuore : induce allegrezza, & è leniuua del petto, e del polmone, & è anco migliore cotta, che cruda.

**CAPPERI.** Frutti notissimi in Italia, sono buoni serbati nella salamuoia, mà molto più delicati sono nell'aceto fortissimo . Se ne portano assai di Puglia : mà non sono così vaghi al vedere, nè così aggradeuoli al gusto, come quelli di Toscana , e come eziandio gli Alessandrini . Si deono mangiare auanti à tutti gli altri cibi, acconci à modo d'insalata con olio, & aceto . Fanno tornare l'appetito perduto . Sono molto conueneuoli per radere, e cacciare fuori le flemme , che s'attaccano allo stomaco . E sono altresì utili per aprire le opilazioni del fegato, e della milza . Il Cappero conturba il corpo : è inimico allo stomaco : genera sete : Cotto non dimeno è più con

K ue-



ueniente allo stomaco, che mangiato crudo .  
Beuto il frutto quaranta giorni continoui, al pe-  
so di due dramme sminuisce la milza, e fa ori-  
nare i trombi del sangue.

Gioua à i dolori delle sciatiche, à i paralitici,  
à i rotti, & à gli spasimati. Prouoca i men-  
strui, e purga la flemma della testa. La decoz-  
zione del seme, lauandosene la bocca, gioua à  
i dolori de denti. Fioriscono i capperi la sta-  
te, e stanno verdi fino all'ocaso delle Vergilie  
cioè fino all'Equinozzio Autunnale. Godono  
de luoghi arenosi, di terra sottile, di luoghi  
aspri, dell'isole, e rouine de gli edificii. Le  
frondi, e le radici peste risoluono le durezza, e  
le scrofole. Et il sugo che si sprema dalle  
radici, distillato nell'orecchie, vi amazza den-  
tro i vermi.

**C A R C I O F I.** Sono caldi nel fine del  
secondo ordine, ò vero nel principio del terzo  
Il nutrimento loro non è buono, peroche ge-  
nera humori melancolici. È vna pianta dal-  
la radice molto frondosa, dal mezzo della qua-  
le esce nascoso tra le frondi, il seminale frutto,  
come pomo che rassembra le pine. Onde da  
Teofrasto vien detto cardo pinato. Nascono i  
Carciosi senza spine, se il loro seme, auanti che  
si semini si spunta. È buono il fiore del Carcio-  
fo per fare apprendere il latte.

C A.



**C A S T A G N E.** Le Castagne sono di difficile digestione: generano humore melancolico: oppilano le vene: e trà i frutti saluatici non si distinguono dalle ghiande. Sono nondimeno di notabile nutrimento, & hanno alcuna stitticità massimamente arrostate: onde conuengono dopo il cibo.

**C E C I.** Son buoni al corpo, prouocano l'vrina, fanno buon colore, generano assai latte, scacciano il parto, & i mestruai: mà generano ventosità. La decozzione de i neri, ò vero rossi, rompe le pietre delle reni. E si mangiano ancora verdi come le faue, delle quali non sono meno ventosi, mà si bene di maggiore nutrimento.

**F A G I V O L I.** Generano ventosità nel corpo, digeriscono malageuolmente, e mangiandosi cotti. Mà quando sono verdi, mollificano il corpo: E vagliono à ristagnare il vomito.

**F A V E.** Gonfiano, e fanno ventosità, si digeriscono malageuolmente, fanno sognare cose paurose, e terribili, giouano alla tosse, ingrassano, e nel temperamento sono mediocri in fra il caldo, & il freddo. Cotte con acqua e con aceto, e mangiate insieme col guscio ri-

K 2 sta-



stagnano il flusso del corpo, e dello stomaco, onde sono vtili à i vomiti per fermargli. Gonfiano manco il corpo quando si getta via la prima loro cocitura. Le verdi nuocono più allo stomaco, e sono più ventose. La farina delle faue monda le sordidezze della pelle. Onde le donne che attendono alla pulitezza del corpo, & vanità mondane sogliono di detta farina seruirsi. Più gonfia la minestra delle faue intere, che delle infrante, Scendono con tardità dello stomaco, e grosso nutrimento in tutto il corpo genenerano.

**F V N G H I.** Sono freddi, & humidi, e generano humore simile. La loro sostanza è molto putrefattibile: Nutriscono male: Sono di difficile digestione: generano colera: E come si mangiano così si smaltiscono. Da loro soprauiene alcuna volta suffocazione, ansietà, tramortimento, e sudor freddo: Sono pericolosi per conto di veleno. I comestibili si deono prima bollire nell'acqua con pere, e puleggio, e di poi friggere nell'olio, & aspergergli con specie. La cura loro, e l'ossimele diuretico dato con la decozzione dello Isopo, e puleggio. e si dee bere sopra di loro buon vino & astenersi da loro quanto sia possibile, perche secondo alcuni, sono detti Funghi, quasi fuggigli.

**LE.**



**LEGORIZIA.** Chiamata da Teo-  
frasto pianta scithica, peroche gli Sciti viuono  
alle volte dieci, ò dodici giorni solamente ma-  
sticando, e succiando le radici di quella, senza  
altro cibo pigliare: Leggiermente constrin-  
ge: lenisce la canna del polmone, e della ve-  
scica per la sua mediocre temperatura: e per-  
che hà sempre alquanto dell'humido, come  
tutte le cose dolci, pero è conuencuole medici-  
na à togliere la sete.

**LENTICCHIE.** Vsate frequente-  
mente nei cibi ingrossano la vista, sono mala-  
geuoli da digerire, nucono allo stomaco, gon-  
fiandolo con le budella. Hanno virtù con-  
strettiua, fanno sognare cose tremende, e so-  
no nocciue al capo, à i nerui, & al polmone.  
Il brodo loro primo è solutiuo: il secondo ri-  
strettiuo.

**LOGGIO.** Nasce nei cāpi dell'Orzo  
ò vero del grano: quando il terreno è troppo  
humido: ò vero quando lo inuerno vā troppo  
pouoso, e freddo. Le frondi sue sono stret-  
te, pelose, e grasse. E calido nel principio  
del terzo ordine, e secco nel fine del secon-  
do. Il pane in cui ne sia notabile quantità, fa  
diuuenire gli huomini che lo mangiano, presi  
da grauissimo sonno, stupidi, e come vbriachi.

K 3 E però



E però si suole con diligenza mondarne il grano per fuggire cotali nocumenti, di stupore d'v-briachezza, e di sonno.

**M I G L I O.** Frigido nel primo ordine, e secco nel principio del terzo, ò vero nella fine del secondo, nutrisce manco di tutti gli altri grani, dissecca, e ristagna il corpo, applicato di fuori caldo ne sacchetti risolve quelle infermità che non amano di essere medicate con cose mordaci. Il pane del Miglio è arido, e frangibile, simile alla rena, & alla cenere, non essendo in lui grassezza, nè viscosità alcuna.

**P A N I C O.** E simile al miglio, di poco nutrimento, disseccatiuo, e ristagna ancho egli i flussi del corpo, come fa il miglio. Et applicato di fuori rinfresca, e dissecca.

**P E T R O S E M O L O.** Genera sangue molto acuto: Incita à ira: è apritiuo: posto ne i cibi conforta la digestione: esclude le ventosità. Vale à correggere la malizia de gli altri cibi: & è herba assai conueneuole alle Salse. L'vso suo conuiene più la Inuernata, che in altro tempo: Et à persone antiche, ò di complessione fredda. Lo impiastro, di lui fatto, e di sale, gioua al mor-



morso del cane arrabbiato.

**P I M P I N E L L A.** Questa herba è calda nel fine del secondo ordine, ò vero nel principio del terzo. Vale per mollificare le reni, e la vescica: prouoca l'orina, e caccia fuori le pietre, e le renelle. Il sugo della radice beuto con vino gioua contro i veleni, e morso d'animali velenosi: e non poco si loda contro la peste. Le foglie della Pimpinella poste nel vino, gli danno gustuole sapore.

**R A D I C I.** Le Radici, generano sangue acuto, e pungitiuo: & humore crudo. Hanno virtù assottigliatiua, & incisuiua. Sono cattive allo stomaco, e lo fanno ruttuare: generano humore grosso, e quando la digestiua è debole, crudo. Mangiate dopo gli altri cibi aiutano la digestione, e discendimento suo, onde sciolgono il ventre. Ma auanti gli altri cibi mangiate inducono il vomito: nucono à gli occhi, & al capo. Si deono mangiare col sale, & aceto, & in poca quantità. Giouano contra i veleni.

**R I S O.** Nelle specij de grani, nasce nelle paludi, e luoghi humidi, nutrisce mediocrementemente, e ristagna il corpo. E familiare nelle mense de Italia. Hà del constrettiuo,

K 4 è al-



è alquanto malageuole da digerire, nè molto soaue al gusto nel mangiarlo. Da i Latini, e Greci è detto ὄρυζα oryza.

**R O S E.** Le più comuni in Italia, sono le rosse, le incarnate, e le bianche. Le più eccellenti sono le rosse, e dopo loro le incarnate, e manco buone di tutte si tengono le bianche, e non fauelliamo hora delle Damaschine, che sono le più solutiue, & odorifere di tutte, mà fauelliamo delle bianche comuni. Hanno le rose dalla terra, e dall'acqua la sustanzia, e la stitticità: dall'aere alquanto di dolce, e d'aromatico: e dal fuoco la calidità, e fortigliezza; amarezza, e colore rosso quelle che tali sono. Nelle fresche l'amaritudine vince la stitticità, e però le fresche soluono il corpo, e non le secche.

Mangiandosi venti, ò venticinque frondi delle rose Damaschine, auanti al cibo, soluono commodamente il corpo, e senza molestia alcuna. Il sugo delle Rose è apritiuo, risolutiuo, & astringiuo. Imperoche egli solue la colera, e mondifica il sangue di quella. Vale al trabocco del fiele, all'oppilazioni dello stomaco, e del fegato: conforta il cuore, conferisce al suo tremore, e caccia fuori gli humori che ne son causa. Il siroppo solutiuo d'infusione di rose, senza molestia, e senza alcun detrimento.



trimento della natura solue il corpo, e purga la colera. Le rose bianche comuni non per altro s'adoprano, se non per fare acqua rosata. Imperoche in loro non è quella vera virtù solutiva che nelle rosse, & incarnate. Sono adunque le Rose da essere stimate, e tenute care, non solamente per lo giocondo spettacolo, & ornamento, che recano ne i giardini la Primavera.

Ma ancora per i molti commodi, & utilità che se ne trae in varii medicamenti per la vita dell'huomo. Le Rose saluatiche sono meno odorifere, più stittiche, e constrettine, e più aspre delle domestiche, nei rami, e nelle frondi. Ritrouansi ancora in Italia certa sorte di Rose gialle, mà d'horribile, e di cattiuo odore. Il fiore delle Rose di mezzo è più costringetiuo, che non sono esse Rose, che fresche ristringono, & infrigidiscono, mà più ristringono le secche.

**R V C H E T T A.** E calida assai, onde si dee mescolare con la lattuga che è frigida, acciò si vengano à contemperare insieme. Augumenta questa herba lo appetito Venerco: & il seme suo beuto gioua el morso del ragno: amazza i vermi del corpo: sminuisce la milza: trita, e mesolata col fiele del buc fa le cicatrici di nere bianche: e faccend  
do



dofene lenimento col mele leua le lentiggini della faccia.

**S A G G I N A.** Vna specie di biada, che produce il suo gambo fimile alle canne, che nel rosso nereggia, in Toscana si femina per dare à i colōbi, e alle galline. Se ne fà altresì pane da i pouerì contadini, mà assai zotico, e ruuido.

**S P I N A C I.** Humettano il ventre, generano humore freddo, & acquoso Onde bisogna condirgli con olio, sale, & aceto. Sono buoni alla gola, & al polmone. Ne si deono in modo alcuno mangiare crudi.

**Z V C C H E.** Generano humore aquoso, nutriscono poco, e per esser la sostāza loro assai disposta alla corrozzione, non sono da riceuere in stommaco immondo. Di sua natura non generano humore che participi d'eccesso di qualità, lo che si dimostra dalla insipidità del loro sapore. E perche sono aquose, onde forse perciò si dice che elleno rinfrescano, nel prepararle si deono mescolare con esse loro cipolle bianche, ò vero finocchio, calamento, ò origano: e migliori faranno se prima si alefferanno, e poi faranno fritte,

**I L F I N E.**

**T A.**

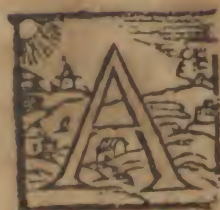


# TAVOLA

## DELLE MATERIE

principali,

Trattate in questo Libro.



	C E T O	Carne	34
	cart. 17	Cascio.	35
	Acqua beu-	Castagne.	143
	ta. 25	Cattarro	36
	Aere. 18	Caulo.	37
Agli.	21	Ceci.	143
Anguille.	23	Gelidonia.	39
Anici	24	Cena.	40
Asparagi.	28	Cerafe.	42
Audito.	28	Ceritoglio.	54
		Ceruello.	43
Basilico.	140	Ceruosa.	48
Bietola.	140	Cibo.	45
Borraggine.	141	Cipolle.	39
Butiro.	30	Comestione	46
		Compleffione.	50
Cappari.	141	Croco.	38
Capo.	31	Cure.	45
Carciofi.	142		



# TAVOLA

Denti.	54	Nasturgio.	70
Dieta.	56	Nespola.	72
Digiuno.	57	Noci.	72
Ebrietà.	60	Occhi.	74
		Oua.	77
Fagioli.	143	Ossa dell'huomo.	54
Fauc.	143		
Fichi.	57	Pane.	80
Finocchio.	58	Panico.	146
Fistola.	59	Pepe.	93
Fleubotomia.	60	Pere.	85
Funghi.	144	Persiche.	85
		Pesce.	86
Grassezza.	62	Petrosemolo.	146
		Pimpinella.	147
Isopo.	63	Piselli.	91
		Pomi.	93
Latte.	63	Porri.	94
Lattuga.	68	Puleggio.	95
Lauada delle mani.	67		
Legorizia.	145	Radici.	147
Lenticchie.	145	Rape.	96
		Rauani.	97
Malua.	68	Riso.	147
Menta.	69	Rose.	148
Miglio.	146	Ruchetta.	149
Mosto.	70	Ruta.	98

Sa.



## TAVOLA

Sagina.	150	Ventofità	118
Salc.	100	Vino.	121
Salice	102	Vin beuto.	128
Salsa.	111	Viole.	131
Saluia.	103	Vifo.	132
Sapori.	105	Voce.	136
Senapa.	109	Vomito.	134
Sero.	109	Vrtica.	137
Spinaci.	150	Vua.	138
Sonno.	112		
Spodio.	110	Zucche.	150
Sufine.	117	Zuppa.	139
Veleno.	120		

## IL FINE.

*Quando quest' Operetta s'ha-  
uesse da ristampare, auertiscasi di  
disporre le materie, secondo l'ordi-  
ne Alfabetico, in questa tauola of-  
seruato.*



La correzzione d'alcuni pochi er-  
rori, accaduti nello stampare, si ri-  
mette al prudente lettore, e qui so-  
lamente si auertisce che quel verso  
della Saluia, posto di sopra à carte  
104. si dee leggere così.

„ *Cur morietur homo, cui Saluia crescit in borto.*

Se bene nella impressione latina del  
l'anno. 1484. si legge moritur.

---

Nos F. Vincentius Castruc. Vmbriæ  
Inquisitor, vidimus cuncta quæ  
opus hoc continet, & ea impri-  
mendi licentiam dedimus.

Idem affirmo ego Bartholomeus  
Bassus Vic. Perusiæ.



# REGISTRO.

..\* A B C D E F G H I K  
Tutti sonno quaderni, eccetto ..\* che duerno.



Con licentia de' SS. Superiori.

In PERVGIA, Apreſſo Pietroia-  
como Petrucci. 1587.

Et ad iſtanſia d'Antonfrancesco  
Piermattei Cittadino Perugino.



